



*Bydgoski Ośrodek Rehabilitacji,
Terapii Uzależnień i Profilaktyki „BORPA”
ul. Bernarda Śliwińskiego 12, 85-843 Bydgoszcz
tel. 52/375-54-05; 361-76-82;
e-mail: borpa@borpa.bydgoszcz.pl*

**REGULAMIN KONKURSU DLA UCZNIÓW
POD PATRONATEM PREZYDENTA BYDGOSZCZY
W RAMACH PROJEKTU
„AKTYWNI RAZEM – WOLNI OD UZALEŻNIEŃ!”**

**§ 1
ORGANIZATOR**

Organizatorem konkursu jest Bydgoski Ośrodek Rehabilitacji, Terapii Uzależnień i Profilaktyki „BORPA”, Wydział Edukacji i Sportu Urzędu Miasta Bydgoszczy, Eneris Proeco, Nadleśnictwo Bydgoszcz, Nadleśnictwo Żołędowo, Straż Miejska, Policja, Fundacja JeKo, Miejskie Centrum Kultury w Bydgoszczy.

**§ 2
CELE KONKURSU**

Działania profilaktyczne w zakresie alternatywnego spędzania czasu bez używek, bez sieci budujące więzi rówieśnicze i wzmacniające szacunek do świata przyrody i człowieka

**§ 3
PRZEDMIOT KONKURSU**

Przedmiotem konkursu jest realizacja zadań w jednej lub kilku formach aktywności:

A) AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA

1. „Spacer detektywów” – Uczestnik raz w miesiącu idzie na minimum godzinny spacer w grupie lub z rodziną. Rozgląda się bacznie i w trakcie spaceru znajduje coś ciekawego np.: nietypowy znak, drzewo, kolor domu. Wykonuje maksymalnie 5 zdjęć z jednego spaceru w celu udokumentowania zadania
2. „Szybka piątka”- Uczestnik raz w tygodniu wykona zestaw 5 ćwiczeń: przysiady, pajacyki, wykroki na jedną i drugą nogę, brzuszki, deska – plank (leżenie przodem). Każde ćwiczenie wykonuje przez 1 minutę. Sprawdza ile powtórzeń zrobił za każdym razem. Tworzy swój dziennik zadań i zapisuje swoje wyniki. Pamiętaj, żeby w dzienniku była data wykonania ćwiczeń, rodzaj ćwiczenia, ilość powtórzeń. Uczestnik na koniec projektu załącza swój dziennik do dokumentacji.
3. „Taniec pokoleń” – Uczestnik raz w miesiącu zatańczy dowolny taniec z kimś z rodziny, rówieśników lub z nauczycielem - nagra krótki film do 30 sekund.

4. „Aktywna Bydgoszcz/Aktywny zakątek” – Razem poznamy aktywne zakątki Bydgoszczy. Uczestnik raz w miesiącu wykona ćwiczenia na siłowni zewnętrznej. Uwaga! Każdy miesiąc inne miejsce, które udokumentowane będzie maksymalnie 3 zdjęciami z informacją gdzie znajduje się dana siłownia.

Każdy materiał (zdjęcie, dziennik, film) musi być podpisany: Rodzaj zadania i data wykonania.

Uczestnik umieszcza materiał na platformie konkursowej do 30 każdego miesiąca (dostęp do platformy mają również koordynatorzy i uczestnicy).

B) AKTYWNOŚĆ MEDIALNA:

1. „Inteligencja sztuczna czy prawdziwa? Którą wybierasz i dlaczego?”

Uczestnik napisze esej/felieton/reportaż „Inteligencja sztuczna czy prawdziwa? Którą wybierasz i dlaczego”. Forma – dowolna, ilość znaków – do 2500 ze spacjami.

2. „Smartfon w szkole – bardziej tak czy bardziej nie?”

Uczestnik napisze pracę w dowolnej formie literackiej (np. opowiadanie, esej, felieton, wypracowanie). Tekst nie może liczyć więcej niż 7000 znaków ze spacjami.

3. „Mój tygodnik - Zadanie specjalnie premiowane.”

Kontynuacja ubiegłorocznego MOJEGO TYGODNIKA.

Uczestnik założy i będzie prowadził swój „Tygodnik”. Prowadzenie Tygodnika polega na zapisywaniu, choćby jednozdaniowo, co ciekawego wydarzyło się w otoczeniu uczestnika w każdym tygodniu, od 1listopada 2025 r. do 30 marca 2026 r.

Tematyka wpisów – dowolna. Ważne, żeby wpisy nie zawierały danych osobowych osób trzecich, nie zawierały treści naruszających jakiegokolwiek dobra osobiste osób trzecich itp. Mają być zapisem własnych przeżyć, emocji, poznawania świata, codziennych czynności, życia szkoły itp.

TYGODNIK może mieć ciekawą, dowolną formę graficzną (może np. zawierać zdjęcia, wycinki itp.)

UWAGA! TYGODNIK MUSI ZAWIERAĆ CO NAJMNIEJ DWA WPISY Z JEDNEGO MIESIĄCA. Długość wpisów – dowolna, jednak jeden wpis nie krótszy niż 150 znaków ze spacjami.

Każdy materiał (pracę , tygodnik) musi być podpisany: Rodzaj zadania i data wykonania.
Uczestnik umieszcza materiał na platformie konkursowej najpóźniej do 30 kwietnia 2026r.(dostęp do platformy mają również koordynatorzy i uczestnicy).

C) AKTYWNOŚĆ FILMOWA:

„Człowiek w świecie technologii”

1. Uczestnik zredaguje spójny scenariusz filmu fabularnego lub dokumentalnego, teledysku, art video lub animacji o którym wie, że jesteś w stanie zrealizować go w praktyce. Treść dotyczyć ma obecności współczesnej technologii cyfrowej w życiu człowieka. Możesz skupić się na pozytywnym lub negatywnym wpływie na ludzką codzienność, zdrowie, psychikę czy wygodę lub zagrożeniach, które niesie. Scenariusz umieszcza w swoim katalogu imiennym na platformie konkursowej BORPA do 04.01.2026r. Scenariusz w dokumencie tekstowym typu „doc”, „pdf” lub „odt” napisz w sposób przejrzysty, który pozwoli Ci łatwo przełożyć jego treść na ekran.

2. Uczestnik zrealizuje swój scenariusz w filmie nieprzekraczającym pięciu minut. Oceniane będą: zgodność filmu ze scenariuszem, sumienność, techniczne oraz artystyczne

walory finalnego dzieła. Gotowy film umieszcza w swoim katalogu imiennym na platformie konkursowej BORPA do 07.05. 2026r w pliku MP4 w formacie h.264. Film musi mieć format POZIOMY (najlepiej w rozdzielczości 1920x1080p)

3. Dodatkowy punkt uczestnik może uzyskać, opisując swoje źródła inspiracji, poszerzając pisemnie kontekst stworzonego przez siebie filmu, wymieniając inne źródła kultury, które wpłynęły na Twoją pracę nad filmem (literatura, muzyka, kino, malarstwo...) Nie wahaj się zadawać pytań! Jeśli masz wątpliwości, nie jesteś czegoś pewien lub zwyczajnie nie wiesz, jak się do tego zabrać, wspólnie z koordynatorem skontaktuj się ze mną mailowo lub telefonicznie, na pewno coś zaradzimy!

AKTYWNOŚCI DLA WSZYSTKICH

D) AKTYWNE PIĄTKI

Przez czas trwania Programu (od 1 października 2025r. do 30 kwietnia 2026r.) Organizatorzy wraz z koordynatorami zorganizują w wytypowanych szkołach w różnych częściach Bydgoszczy „Aktywne Piątki”, czyli imprezy, w których będą mogli wziąć udział Uczestnicy Programu.

Aktywne Piątki zorganizowane będą w szkołach w różnych częściach Bydgoszczy, tak by koordynatorzy ze szkół zapewnili – przy pomocy Organizatora, możliwość udziału Uczestnikom Programu w szkołach, które znajdują się najbliżej ich placówki.

Aktywne Piątki odbywać się będą w następujących terminach:

- 31 października 2025
- 07,21 listopada 2025
- 12 grudnia
- 16, 23 stycznia 2026
- 20, 27 luty 2026
- 6 marca 2026
- 17, 24 kwietnia 2026

Proponowane godziny zajęć w ramach aktywnych piątków 9.00 – 13.00 do uzgodnienia z dyrektorami szkół.

Każdy Aktywny Piątek będzie zawierać następujące elementy:

- **Aktywność fizyczna** – „Ruch to radość” zajęcia ruchowo-taneczne z elementami relaksacji do muzyki prowadzone przez p. Agnieszkę Matusiak
- **Zajęcia medialne** – „Jeden świat, różne perspektywy. Przewodnik po współczesnych mediach i socjal mediach” prowadzone przez p. Marcina Kowalskiego
- **Zajęcia filmowe** - "Człowiek w świecie Sztucznej Inteligencji" prowadzone przez p. Jakuba Szymczaka
- **Zajęcia profilaktyczne** – „Czy złość jest zła?” prowadzone przez terapeutów Ośrodka „BORPA”
- **Spotkanie z ekologią** – prowadzone przez Fundację JeKo

Zgłoszenia uczestników na poszczególne zajęcia w ramach Aktywnych Piątków ustalone będą między opiekunami danych sekcji (sport, media, film) a koordynatorami.

E) „SPRZĄTANIE ŚWIATA”

Uczestnicy wraz z rodzinami, koordynatorami, szkołą, w miesiącu **marcu 2026r.** (termin marcowy do wyboru 7,14,21,28 marca - ustalony przez koordynatora z organizatorem) w godzinach od 10:00 do 13:00, biorą udział w „Sprzątaniu świata” (w Bydgoszczy) we wcześniej wyznaczonych przez organizatora miejscach. Koordynatorzy otrzymają do **12 stycznia 2026r.** szczegółowe informacje dotyczące miejsca sprzątania, wraz z mapkami itp.

Organizator zapewnia bezpieczne rękawice, środki dezynfekcyjne, worki do segregacji, ciepłą herbatę, wodę, owoce, oraz zdrowe eko-batony ziarniste.

Termin zgłoszenia uczestników przez koordynatorów – do **30 stycznia 2026r.**

F) ESCAPE ROOM w „BORPA”

Interaktywna zabawa grupowa w której może brać udział uczestnik (powyżej 10 roku życia) programu „Aktywni Razem” wraz z rodziną, przyjaciółmi, jednorazowo w grupie od 4-10 osób.

Uczestnicy w specjalnie przygotowanym pomieszczeniu, rozwiązują szereg zagadek, które wymagają logicznego myślenia oraz współpracy. Zabawa organizowana jest w Ośrodku „BORPA” ul. B. Śliwińskiego 12 w terminie **od 02-06 lutego 2026r.** Zorganizuj grupę i zgłoś się. Szczegółowe informacje i zapisy w rejestracji Ośrodka „BORPA” (tel. 523755405, 885906207) od **01.12.2025r.**

§ 4

WARUNKI UCZESTNICTWA

1. Konkurs jest adresowany do wszystkich uczniów bydgoskich szkół podstawowych i ponadpodstawowych.
 2. Warunkiem przystąpienia jest wyrażenie pisemnej zgody przez rodzica/opiekuna prawnego **(zał. 1)**
 3. Zgłoszenie do konkursu jest równoznaczne z zaakceptowaniem Regulaminu oraz innych zgód i oświadczeń
 4. Zgłoszenia do Projektu dokonuje Koordynator - Opiekun przez zgłoszenie listy Uczestników , oświadczeń rodziców i wypełnionej karty zgłoszeniowej w terminie **do 24 października 2025r.** Dokumenty należy dostarczyć do Ośrodka „BORPA” ul. Bernarda Śliwińskiego 12 od poniedziałku do piątku w godz. 8:00-20:00.
 5. Dopuszczamy formy plików np: mp4, jpg oraz wszystkie dostępne formaty plików tekstowych.
 6. Każdy materiał zgłoszony w Konkursie powinien być podpisany wg wzoru: Imię, Nazwisko, Szkoła, data realizacji.
- Wszystkie wykonywane zadania Uczestnik archiwizuje umieszczając na platformie konkursowej (dostęp do platformy mają również koordynatorzy i uczestnicy) wg harmonogramu danej aktywności.

§ 5

OCENA I ROZSTRZYGNIĘCIE KONKURSU

1. Laureaci Konkursu zostaną wyłonieni w drodze oceny Jury Konkursu, powołanego przez Organizatora.
2. Każda Praca zgłoszona do Konkursu będzie rozpatrywana indywidualnie.
3. W skład Jury Konkursu wejdą przedstawiciele Organizatora.
4. Członkowie Jury Konkursu przed przystąpieniem do oceny Prac wybiorą ze swego grona przewodniczącego.
5. Członkowie Jury Konkursu przy ocenie Prac wezmą pod uwagę następujące kryteria:
a) dla AKTYWNOŚCI MEDIALNEJ:

- zgodność z regulaminem;
- lekkość pióra autora, różnorodność prac, ciekawość;
- aktywność w realizacji zadań;

b) dla AKTYWNOŚCI FILMOWEJ:

- zgodność z regulaminem;
- pomysły realizacyjne autora;
- aktywność w realizacji zadań;

c) dla AKTYWNOŚCI FIZYCZNEJ:

- zgodność z regulaminem;
- inwencję i systematyczność;
- aktywność w realizacji zadań;

6. Jury Konkursu dokona oceny Prac oraz rozstrzygnięcia Konkursu nie później niż **do 29 maja 2026r.**

7. Wstępnej oceny Prac dokona Jury preselekcyjne.

8. Miejsce i termin wręczenia nagród zostaną ogłoszone na stronie <http://www.borpa.bydgoszcz.pl>, oraz podane do wiadomości koordynatora.

9. Jury Konkursu, biorąc pod uwagę kryteria Regulaminu, przyzna nagrody:

A. Wyzwania medialne:

1. Miejsce – nagroda o wartości do 2 tys. zł.
2. Miejsce – nagroda o wartości do 1,5 tys. zł.
3. Miejsce – nagroda o wartości do 1 tys. zł.

B. Wyzwania sportowe:

1. Miejsce – nagroda o wartości do 2 tys. zł.
2. Miejsce – nagroda o wartości do 1,5 tys. zł.
3. Miejsce – nagroda o wartości do 1 tys. zł.

C. Wyzwania filmowe:

1. Miejsce – nagroda o wartości do 2 tys. zł.
2. Miejsce – nagroda o wartości do 1,5 tys. zł.
3. Miejsce – nagroda o wartości do 1 tys. zł.

W każdej kategorii Organizator przyzna po trzy wyróżnienia o wartości do 500 zł każde.

10. Organizator zastrzega sobie prawo do wykorzystania w materiałach edukacyjnych, informacyjnych i promocyjnych wszystkich prac nadesłanych do Konkursu.

§ 6 INFORMACJE DODATKOWE

1. Organizator zobowiązuje się do umieszczania materiałów na platformie konkursowej udostępnionej przez BORPA uczestnikom i koordynatorom.
2. Konkursy dla Koordynatorów - Opiekunów i Szkół opisane są w odrębnym Regulaminie.

3. Pytania w sprawie konkursu proszę kierować na platformie konkursowej udostępnionej przez BORPA uczestnikom i koordynatorom.
4. Organizator jest uprawniony do zmiany postanowień niniejszego Regulaminu, o ile nie wpłynie to na pogorszenie warunków uczestnictwa w Konkursie. Dotyczy to w szczególności zmian terminów poszczególnych czynności konkursowych oraz zmian specyfikacji nagrody.

§ 7

OŚWIADCZENIE O NIEODPŁATNYM PRZENIESIENIU PRAW AUTORSKICH NA ORGANIZATORA KONKURSU

Uczestnik Konkursu jako autor pracy konkursowej (artykułu)/przedstawiciel ustawowy* mojego dziecka/podopiecznego* będącego autorem pracy konkursowej, dalej określonej jako „utwór”, zgłoszonej do konkursu organizowanego przez Ośrodek „BORPA”, oświadczam, iż jestem uprawniony/a do przeniesienia majątkowych praw autorskich do utworu w zakresie wskazanym w niniejszym oświadczeniu.

Przenoszę nieodpłatnie na Organizatora Ośrodek „BORPA”, — autorskie prawa majątkowe do utworu, a także prawa zależne, w tym prawo do opracowania utworu poprzez jego adaptację lub przerobienie utworu, połączenie go z innym utworem, a Organizator Konkursu oświadcza, iż przyjmuje autorskie prawa majątkowe do utworu. Autorskie prawa majątkowe do utworu wraz z prawami zależnymi, przechodzą na Organizatora w momencie podpisania niniejszego oświadczenia i dają Organizatorowi prawo do nieograniczonego w czasie wykorzystania i rozporządzania utworem, w tym zezwolenie na rozporządzenie i korzystanie z opracowania utworu w kraju i za granicą bez ponoszenia przez Organizatora dodatkowych opłat.

Organizator nabywa autorskie prawa majątkowe i zależne na następujących polach eksploatacji:

- a) wytwarzanie nieograniczonej liczby egzemplarzy utworów z zastosowaniem technik poligraficznych, reprograficznych, informatycznych, fotograficznych, cyfrowych, na nośnikach optoelektrycznych, zapisu magnetycznego, audiowizualnych lub multimedialnych;
- b) wprowadzanie do obrotu oryginałów lub egzemplarzy utworu, najem lub użyczenie oryginału albo egzemplarzy, na których utrwalono utwór bez ograniczeń przedmiotowych, terytorialnych i czasowych, bez względu na przeznaczenie;
- c) wprowadzenie do pamięci komputera i systemów operacyjnych; rozpowszechnianie w sieciach informatycznych lub teleinformatycznych, w tym w Internecie (m.in. na portalach społecznościowych typu Facebook, YouTube, Twitter) w taki sposób, aby dostęp do utworów przez osoby trzecie był możliwy w wybranym przez nie miejscu i czasie;
- d) publiczne wykonanie, wystawienie, wyświetlenie, odtworzenie, nadawanie;
- e) wykorzystywanie w celach informacyjnych, promocji i reklamy.

Zezwalam Organizatorowi na rozporządzanie i korzystanie z opracowań utworu w zakresie wskazanym powyżej oraz przenoszę na Organizatora uprawnienie do udzielania w tym zakresie zezwoleń na rozporządzanie i korzystanie z opracowań utworu.

Upoważniam ponadto Organizatora do decydowania o pierwszym publicznym rozpowszechnieniu zgłoszonego do Konkursu utworu oraz przeprowadzenia nadzoru autorskiego przed rozpowszechnieniem tego utworu. Upoważniam również do wykonywania nadzoru autorskiego i anonimowego rozpowszechniania utworu. Oświadczam ponadto, że utwór jest mojego autorstwa /autorstwa mojego dziecka/podopiecznego* i, że w związku z wykonaniem utworu i przeniesieniem majątkowych praw autorskich i praw zależnych na Organizatora, nie naruszam w żaden sposób praw osób trzecich.

§ 8

ZGODA NA WYKORZYSTANIE WIZERUNKU DZIECKA

Niniejszym oświadczam, że na podstawie art. 81 ust. 1 ustawy z 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych (t.j. Dz. U. z 2019 r., poz. 1231) wyrażam zgodę na rejestrowanie wizerunku mojego dziecka podczas realizacji programu AKTYWNI RAZEM – WOLNI OD UZALEŻNIEŃ organizowanego

przez Bydgoski Ośrodek Rehabilitacji, Terapii Uzależnień i Profilaktyki „BORPA” oraz wykorzystanie tego wizerunku poprzez umieszczanie zdjęć/filmów na stronach internetowych, folderach, materiałach pamiątkowych w celach informacji i promocji programu.

§ 9

DANE OSOBOWE

Zgodnie z art. 13 ust. 1 i 2 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych) (Dz. Urz. UE L 119 z 04.05.2016, s. 1), zwanego dalej „RODO”, organizator konkursu informuje :

1) Administratorem Danych Osobowych uczestników projektu jest Bydgoski Ośrodek Rehabilitacji, Terapii Uzależnień i Profilaktyki „BORPA” Bydgoszcz ul. Bernarda Śliwińskiego 12;

2) kontakt z Inspektorem Ochrony Danych:

a) korespondencyjny: Inspektor Ochrony Danych Bydgoski Ośrodek Rehabilitacji Terapii Uzależnień i Profilaktyki BORPA, Bernarda Śliwińskiego 12, 85-843 Bydgoszcz;

b) e-mail: arnold.partner@gmail.com;

3) przetwarzanie danych osobowych będzie się odbywać na podstawie art. 6 ust. 1 lit. a RODO w celu organizacji i realizacji konkursu, zgodnie z regulaminem;

4) podanie danych osobowych oraz zgoda na ich przetwarzanie jest dobrowolna, lecz niezbędna do wzięcia udziału w konkursie;

5) dane osobowe nie będą udostępniane innym podmiotom, z wyjątkiem podmiotów uprawnionych na podstawie przepisów prawa;

6) dane osobowe będą przechowywane przez okres niezbędny do zrealizowania konkursu;

7) osobom, których dane są przetwarzane, przysługuje prawo do wycofania zgody na przetwarzanie ich danych osobowych, ale cofnięcie zgody nie wpływa na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej wycofaniem;

8) osobom, których dane są przetwarzane przysługuje prawo dostępu do treści swoich danych osobowych, prawo ich sprostowania oraz w zakresie wynikającym z przepisów prawa, prawo do usunięcia, jak również prawo do ograniczenia przetwarzania;

9) osobom, których dane są przetwarzane przysługuje prawo wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych, jeśli ich zdaniem, przetwarzanie ich danych osobowych narusza przepisy prawa.

**KARTA ZGŁOSZENIOWA DO UDZIAŁU W KONKURSIE
W RAMACH PROJEKTU „AKTYWNI RAZEM – WOLNI OD UZALEŻNIEŃ!”**

**podkreśl wybrany*

- a) aktywności medialne;
- b) aktywności filmowe;
- c) aktywności sportowe.

IMIĘ I NAZWISKO UCZESTNIKA	IMIĘ I NAZWISKO RODZICA/OPIEKUNA PRAWNEGO
SZKOŁA	ADRES
KLASA	TELEFON KONTAKTOWY DO RODZICA/OPIEKUNA PRAWNEGO/UCZESTNIKA
IMIĘ I NAZWISKO KOORDYNATORA – OPIEKUNA	

OŚWIADCZENIE RODZICA/ OPIEKUNA PRAWNEGO

Wyrażam zgodę na mój udział/udział mojego dziecka

w konkursie w ramach projektu „AKTYWNI RAZEM – WOLNI OD

UZALEŻNIEŃ!” realizowanym przez Bydgoski Ośrodek Rehabilitacji Terapii Uzależnień i Profilaktyki „BORPA”, Wydział Edukacji i Sportu Urzędu Miasta Bydgoszczy, oraz Miejskie Centrum Kultury w Bydgoszczy.

Oświadczam, iż zapoznałem się z regulaminem konkursu.

Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych przez administratora danych osobowych Bydgoski Ośrodek Rehabilitacji, Terapii Uzależnień i Profilaktyki „BORPA” Bydgoszcz ul. Bernarda Śliwińskiego 12, niezbędnych do realizacji projektu. Jednocześnie oświadczam, że zostałam/zostałem poinformowany o prawie do wycofania zgody w dowolnym momencie oraz, że wycofanie zgody nie ma wpływu na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano przed wycofaniem zgody”.

Zgodnie z art. 13 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016r., zostałem poinformowany że Administratorem Danych Osobowych uczestników projektu jest: Bydgoski Ośrodek Rehabilitacji, Terapii Uzależnień i Profilaktyki „BORPA” Bydgoszcz ul. Bernarda Śliwińskiego 12. Informacje szczegółowe na stronie internetowej www.borpa.bydgoszcz.pl

.....
data

.....
podpis uczestnika/rodzica/opiekuna prawnego