

REGULAMIN GMINNEGO KONKURSU

„MŁODZI O ZDROWIU PSYCHICZNYM”

Konkurs na ulotkę edukacyjno-profilaktyczną dotyczącą zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży

Organizator konkursu:

Szkoła Podstawowa im. Królowej Jadwigi w Tłuszczu

Centrum Kultury Sportu i Rekreacji w Tłuszczu

Pod Patronatem Burmistrza Tłuszcza

Adres organizatora:

05-240 Tłuszcz, ul. Radzywińska 2

Adres e-mail konkursu:

konkurs_spjadwiga@wp.pl

Osoba odpowiedzialna za organizację konkursu:

Pedagog szkolny Katarzyna Łuniewska

Termin nadesłania prac: **do 10 października 2026** (Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego)

Gala Finałowa: ostatni tydzień października

§ 1. POSTANOWIENIA OGÓLNE

1. Niniejszy Regulamin określa zasady organizacji i uczestnictwa w Gminnym Konkursie „Młodzi o zdrowiu psychicznym”, zwanym dalej „Konkursem”.
2. Organizatorem Konkursu jest:

Szkoła Podstawowa im. Królowej Jadwigi w Tłuszczu

3. Konkurs organizowany jest w ramach działań edukacyjno-profilaktycznych związanych ze Światowym Dniem Zdrowia Psychicznego, przypadającym 10 października.
4. Konkurs ma charakter edukacyjny, profilaktyczny, społeczny i artystyczno-graficzny.
5. Konkurs skierowany jest do uczniów szkół podstawowych z terenu **Gminy Tłuszcz**.

6. Celem Konkursu jest nie tylko rozwijanie kreatywności uczniów, ale przede wszystkim stworzenie przestrzeni, w której młodzi ludzie sami będą mogli zabrać głos w ważnej społecznie kwestii, jaką jest zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży.

§ 2. CELE KONKURSU

1. Cel główny

Celem Konkursu jest promowanie wiedzy, świadomości i pozytywnych postaw wobec zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży oraz zachęcanie do otwartego mówienia o emocjach, trudnościach i potrzebie korzystania ze wsparcia.

2. Cele szczegółowe

1. Zwiększenie świadomości uczniów na temat zdrowia psychicznego.
2. Promowanie codziennego dbania o dobrostan psychiczny.
3. Rozwijanie umiejętności rozpoznawania i wyrażania emocji.
4. Zachęcanie do rozmowy o trudnościach.
5. Promowanie korzystania z pomocy i wsparcia w sytuacjach trudnych.
6. Przeciwdziałanie stygmatyzacji osób doświadczających trudności emocjonalnych lub psychicznych.
7. Promowanie empatii, szacunku i wzajemnego wsparcia.
8. Wzmacnianie wiedzy dotyczącej profilaktyki uzależnień i przeciwdziałania zachowaniom nałogowym.
9. Rozwijanie kreatywności i umiejętności tworzenia przekazu społecznego.
10. Zwrócenie uwagi lokalnej społeczności na znaczenie zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży.
11. Zachęcenie uczniów do aktywnego udziału w działaniach profilaktycznych.
12. Integrację szkół podstawowych z terenu Gminy Tłuszcz.

§ 3. TEMAT KONKURSU

1. Tematem Konkursu jest hasło:

„MŁODZI O ZDROWIU PSYCHICZNYM”

2. Zadaniem uczestnika jest stworzenie **ulotki edukacyjno-profilaktycznej dotyczącej zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży.**

3. Ulotka powinna przedstawiać wybrany przez uczestnika aspekt zdrowia psychicznego w sposób:
 - zrozumiały,
 - pozytywny,
 - edukacyjny,
 - dostosowany do wieku odbiorców,
 - atrakcyjny wizualnie,
 - wolny od stygmatyzujących lub krzywdzących treści.
4. Uczestnik może odnieść się między innymi do następujących zagadnień:
 - Jak dbać o swoje zdrowie psychiczne?
 - Jak rozpoznawać i nazywać emocje?
 - Co zrobić, kiedy przeżywam trudności?
 - Dlaczego warto rozmawiać o swoich emocjach?
 - Jak i gdzie szukać pomocy?
 - Jak wspierać koleżankę lub kolegę?
 - Jak radzić sobie ze stresem?
 - Jak budować dobre relacje?
 - Jak reagować na hejt i przemoc?
 - Jak dbać o równowagę pomiędzy nauką, odpoczynkiem, relacjami i światem cyfrowym?
 - Dlaczego prośenie o pomoc nie jest oznaką słabości?
 - Jak być uważnym na potrzeby swoje i innych?
5. Powyższe zagadnienia mają charakter przykładowy. Uczestnik może zaproponować własne ujęcie tematu, o ile pozostaje ono zgodne z ideą Konkursu.
6. Organizatorowi zależy na przekazie, który pokazuje zdrowie psychiczne jako ważny element codziennego życia i zachęca do troski o siebie, rozmowy, wzajemnego wsparcia i korzystania z pomocy.

§ 4. UCZESTNICY I KATEGORIE WIEKOWE

1. Konkurs skierowany jest do uczniów szkół podstawowych z terenu Gminy Tłuszcz.
2. Konkurs przeprowadzony zostanie w dwóch kategoriach:

KATEGORIA I

uczniowie klas IV–VI szkół podstawowych

KATEGORIA II

uczniowie klas VII–VIII szkół podstawowych

3. Uczestnikiem Konkursu może być uczeń spełniający kryterium określone w ust. 1 i 2.

4. Udział w Konkursie jest dobrowolny.
5. Udział ucznia nie może być uzależniony od osiągnięć szkolnych, ocen ani innych wyników edukacyjnych.
6. Każdy uczestnik może zgłosić jedną pracę konkursową.
7. Praca musi być wykonana samodzielnie przez uczestnika.

§ 5. WYMAGANIA TECHNICZNE DOTYCZĄCE PRACY

1. Praca konkursowa musi mieć formę **grafiki komputerowej**.
2. Praca powinna być jednostronna, przygotowana w formacie: **A5** tj. **148 × 210 mm** lub **A4** tj. **210 × 297 mm**
3. Pracę należy zapisać w formacie: **pdf** lub **jpg**.
4. Uczestnik powinien zadbać o odpowiednią jakość grafiki oraz czytelność wszystkich elementów.
5. Ulotka może zawierać:
 - hasło,
 - tekst edukacyjny,
 - grafikę,
 - ilustrację,
 - symbole,
 - krótkie informacje,
 - wskazówki,
 - wezwanie do działania,
 - inne elementy graficzne związane z tematyką Konkursu.
6. Treść powinna być możliwa do odczytania po wydrukowaniu pracy w formacie A5.
7. Praca nie może zawierać:
 - treści obraźliwych,
 - wulgaryzmów,
 - treści dyskryminujących,
 - treści stygmatyzujących osoby doświadczające problemów psychicznych,
 - treści promujących przemoc,
 - treści propagujących zachowania zagrażające zdrowiu lub życiu,
 - treści politycznych,
 - reklam produktów lub usług,
 - materiałów naruszających prawa innych osób.
8. Organizator zastrzega sobie prawo do niedopuszczenia pracy do Konkursu, jeżeli jej treść narusza zasady niniejszego Regulaminu.

§ 6. SAMODZIELNOŚĆ I ORYGINALNOŚĆ PRAC

1. Praca musi być autorskim dziełem uczestnika.
2. Niedopuszczalne jest zgłaszanie prac:
 - skopiowanych z Internetu,
 - pobranych z gotowych banków grafik jako głównego elementu pracy,
 - wykonanych przez inną osobę,
 - przygotowanych przez rodzica, nauczyciela lub inną osobę dorosłą,
 - będących modyfikacją cudzej pracy w stopniu, który nie pozwala uznać jej za samodzielne dzieło uczestnika.
3. Dopuszcza się wykorzystanie programów komputerowych, aplikacji graficznych i narzędzi cyfrowych jako środków technicznych do stworzenia pracy, jednak koncepcja, dobór treści i sposób przedstawienia tematu powinny pochodzić od uczestnika.
4. Uczestnik ponosi odpowiedzialność za zgodność zgłoszonej pracy z prawem oraz niniejszym Regulaminem.
5. W przypadku stwierdzenia, że zgłoszona praca nie jest samodzielnym dziełem uczestnika, Organizator może ją wykluczyć z Konkursu, również po ogłoszeniu wyników.

§ 7. ZGŁOSZENIE PRACY

1. Pracę konkursową należy przesłać drogą elektroniczną na adres:

konkurs_spjadwiga@wp.pl

2. Do jednej wiadomości e-mail należy dołączyć:

a) pracę konkursową w formacie pdf lub jpg.

b) zeskanowaną lub wyraźnie sfotografowaną i zapisaną w formacie pdf zgodę opiekuna prawnego na udział dziecka w Konkursie oraz wymagane zgody.

3. Oba pliki należy nazwać według następującego wzoru:

Praca:

IMIĘ_NAZWISKO_KLASA_SZKOŁA.pdf

Zgoda:

IMIĘ_NAZWISKO_KLASA_SZKOŁA.pdf

4. Przykład:

JAN_KOWALSKI_6B_SP2_TŁUSZCZ.pdf

5. Jeżeli w nazwie szkoły występują spacje, można je zastąpić znakiem podkreślenia.
6. Zgłoszenie musi zawierać komplet wymaganych dokumentów.
7. Brak wymaganej zgody opiekuna prawnego może skutkować niedopuszczeniem pracy do Konkursu.
8. Organizator może skontaktować się ze szkołą lub osobą wskazaną do kontaktu w celu uzupełnienia braków formalnych, o ile pozwala na to termin trwania naboru.
9. Za prawidłowe przekazanie pracy i wymaganych dokumentów odpowiada osoba dokonująca zgłoszenia zgodnie z zasadami przyjętymi przez szkołę.

§ 8. TERMIN NADSYŁANIA PRAC

1. Prace należy przesłać w terminie:

do 10 października 2026 roku

2. O zachowaniu terminu decyduje data i godzina wpływu wiadomości na wskazany adres e-mail.
3. Prace przesłane po terminie mogą nie zostać zakwalifikowane do Konkursu.
4. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za problemy techniczne leżące po stronie nadawcy, w szczególności:
 - brak dostępu do internetu,
 - błędny adres e-mail,
 - nieprawidłowy załącznik,
 - uszkodzony plik,
 - przekroczenie limitu wielkości wiadomości,
 - przesłanie pliku w niewłaściwym formacie.

§ 9. ZASADY OCENY PRAC

1. Oceny prac dokona Komisja Konkursowa powołana przez Organizatora.
2. Komisja będzie oceniać prace niezależnie w każdej kategorii wiekowej.
3. Przy ocenie mogą zostać uwzględnione następujące kryteria:

- zgodność z tematyką konkursu,
 - wartość edukacyjna i profilaktyczna,
 - oryginalność pomysłu,
 - kreatywność i sposób przedstawienia tematu,
 - czytelność i siła przekazu,
 - walory estetyczne,
 - dostosowanie przekazu do grupy odbiorców.
4. Komisja może przyznać dodatkowe wyróżnienia, jeżeli uzna, że określone prace zasługują na szczególne docenienie.
 5. Decyzja Komisji Konkursowej jest ostateczna.

§ 10. LAUREACI I NAGRODY

1. W każdej kategorii wiekowej zostaną wyłonieni laureaci.
2. Organizator przewiduje przyznanie:

- I miejsca,
- II miejsca,
- III miejsca,

w każdej kategorii wiekowej.

3. Organizator może przyznać również wyróżnienia.
4. Organizator zastrzega sobie możliwość zmiany liczby nagradzanych miejsc w zależności od liczby i poziomu zgłoszonych prac.
5. Organizator może zdecydować o przyznaniu nagrody specjalnej.
6. Laureaci oraz wyróżnieni uczestnicy zostaną poinformowani o wynikach za pośrednictwem szkoły lub danych kontaktowych wskazanych w zgłoszeniu.
7. Ulotki zwycięzców konkursu w 2 kategoriach wiekowych zostaną wydrukowane i rozpowszechnione jako materiały edukacyjne promujące zdrowie psychiczne.

§ 11. FINAŁ KONKURSU I WYSTAWA

1. Gala Finałowa odbędzie się na sali widowiskowej w Centrum Kultury, Sportu i Rekreacji . Dokładna data gali finałowej zostanie podana w terminie późniejszym w mediach społecznościowych lub na stronach organizatorów, a także przekazana bezpośrednio do szkół podstawowych biorących udział w konkursie.
2. Podczas finału planowane jest:

- ogłoszenie wyników,
 - wręczenie nagród,
 - prezentacja wystawy prac.
3. Organizator może wykorzystać wybrane prace jako element materiałów promujących Konkurs, działania związane ze Światowym Dniem Zdrowia Psychicznego oraz jako materiały do upowszechnienia w ramach profilaktyki zdrowia psychicznego.

§ 12. PRAWA AUTORSKIE

1. Uczestnik oświadcza, że zgłoszona praca jest jego autorstwa.
2. Uczestnik oświadcza, że zgłoszenie pracy nie narusza praw autorskich ani dóbr osobistych osób trzecich.
3. Jeżeli praca zawiera elementy pochodzące od innych twórców, uczestnik powinien posiadać prawo do ich wykorzystania w zakresie umożliwiającym udział pracy w Konkursie i jej późniejszą prezentację.
4. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za roszczenia osób trzecich wynikające z naruszenia ich praw przez uczestnika.
5. Uczestnik zachowuje prawa autorskie do swojej pracy, z zastrzeżeniem zgód udzielonych przez jego opiekuna prawnego w formularzu zgody.
6. Szczegółowy zakres zgód dotyczących publikacji i prezentowania prac określa formularz zgody stanowiący Załącznik nr 1 do niniejszego Regulaminu.

§ 13. PUBLIKACJA I PREZENTACJA PRAC

1. Prace konkursowe zostaną zaprezentowane podczas wystawy związanej z realizacją przedsięwzięcia „Młodzi o zdrowiu psychicznym”.
2. Za zgodą opiekuna prawnego praca może zostać wykorzystana w materiałach informacyjnych i promocyjnych związanych z Konkursem oraz w ramach profilaktyki zdrowia psychicznego.
3. Organizator może publikować informacje o laureatach i wyróżnionych uczestnikach, zgodnie z zakresem zgód udzielonych przez opiekunów prawnych.
4. Publikacja może odbywać się w szczególności:
 - na stronie internetowej Organizatora,

- w mediach społecznościowych Organizatora,
 - w materiałach informacyjnych dotyczących Konkursu,
 - podczas wystawy,
 - w materiałach podsumowujących przedsięwzięcie.
5. Organizator będzie dokładał starań, aby publikowane materiały były wykorzystywane wyłącznie w związku z realizacją i promowaniem zdrowia psychicznego.

§ 14. OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH

1. Dane osobowe uczestników będą przetwarzane w zakresie niezbędnym do organizacji, przeprowadzenia, rozstrzygnięcia i udokumentowania Konkursu.
2. Administratorem danych osobowych jest:

Szkola Podstawowa im. Królowej Jadwigi w Tuszczu

Centrum Kultury Sportu i Rekreacji w Tuszczu

3. Dane uczestników mogą obejmować w szczególności:
 - imię i nazwisko,
 - klasę,
 - nazwę szkoły,
 - dane kontaktowe niezbędne do organizacji Konkursu,
 - dane opiekuna prawnego w zakresie wynikającym z wymaganych zgód.
4. Szczegółowe informacje dotyczące przetwarzania danych osobowych zostaną zawarte w formularzu zgody opiekuna prawnego oraz w obowiązku informacyjnym Administratora danych.
5. Uczestnictwo w Konkursie wymaga przekazania danych niezbędnych do jego przeprowadzenia.

§ 15. INFORMACJE DLA SZKÓŁ

1. Szkoły uczestniczące w Konkursie proszone są o przekazanie uczniom i rodzicom/opiekunom prawnym informacji o Konkursie oraz niniejszego Regulaminu.

2. Szkoła może wyznaczyć nauczyciela/opiekuna odpowiedzialnego za kontakt z Organizatorem.
3. Nauczyciel może wspierać ucznia w zakresie organizacyjnym i technicznym, jednak praca konkursowa musi być samodzielnym dziełem ucznia.
4. Szkoła może przeprowadzić wewnętrzny etap wyboru prac, jeżeli zdecyduje o tym we własnym zakresie. Nie jest to jednak wymagane przez Organizatora, chyba że Organizator postanowi inaczej.
5. Za kompletność wymaganych dokumentów odpowiada osoba dokonująca zgłoszenia zgodnie z procedurą przyjętą w danej szkole.

§ 16. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Udział w Konkursie oznacza akceptację niniejszego Regulaminu.
2. Zgłoszenie pracy do Konkursu jest równoznaczne z potwierdzeniem, że uczestnik i jego opiekun prawny zapoznali się z Regulaminem w zakresie dotyczącym uczestnictwa.
3. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany terminów Konkursu z przyczyn organizacyjnych.
4. W przypadku zmian w Regulaminie Organizator poinformuje szkoły o ich zakresie.
5. Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania Konkursu w przypadku wystąpienia okoliczności niezależnych od Organizatora.
6. W sprawach nieuregulowanych niniejszym Regulaminem decyzję podejmuje Organizator.
7. Regulamin wraz z załącznikami zostanie przekazany szkołom uczestniczącym w Konkursie.

ZGODA OPIEKUNA PRAWNEGO

na udział dziecka w Gminnym Konkursie „Młodzi o zdrowiu psychicznym”

Konkurs na ulotkę edukacyjno-profilaktyczną dotyczącą zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży

I. DANE UCZESTNIKA

Imię i nazwisko ucznia:

.....

Klasa:

.....

Nazwa szkoły:

.....

II. DANE OPIEKUNA PRAWNEGO

Imię i nazwisko opiekuna prawnego:

.....

Telefon / adres e-mail do kontaktu (opcjonalnie):

.....

III. ZGODA NA UDZIAŁ W KONKURSIE

Ja, niżej podpisany/a,

.....

jako rodzic / opiekun prawny dziecka:

.....

wyrażam zgodę na udział mojego dziecka w Gminnym Konkursie „Młodzi o zdrowiu psychicznym” na zasadach określonych w Regulaminie Konkursu.

Oświadczam, że zapoznałem/am się z Regulaminem Konkursu i akceptuję jego postanowienia.

.....

Data

Podpis

IV. ZGODA NA PREZENTACJĘ PRACY

Wyrażam zgodę / Nie wyrażam zgody* na prezentowanie pracy mojego dziecka podczas wystawy prac konkursowych, podczas wydarzeń związanych z realizacją Konkursu „Młodzi o zdrowiu psychicznym” oraz promocją zdrowia psychicznego.

* niepotrzebne skreślić

V. ZGODA NA PUBLIKACJĘ PRACY

Wyrażam zgodę / Nie wyrażam zgody* na publikację pracy mojego dziecka w związku z realizacją, dokumentowaniem i promocją Konkursu „Młodzi o zdrowiu psychicznym”, w szczególności:

- na stronie internetowej Organizatorów,
- w mediach społecznościowych Organizatorów,
- w materiałach informacyjnych i promocyjnych Konkursu,
- w materiałach podsumowujących przedsięwzięcie,
- podczas wystaw i wydarzeń edukacyjnych związanych z Konkursem.

* niepotrzebne skreślić

VI. ZGODA NA WYKORZYSTANIE PRACY W CELACH EDUKACYJNYCH

Wyrażam zgodę / Nie wyrażam zgody* na wykorzystanie pracy mojego dziecka jako materiału edukacyjnego lub elementu działań profilaktycznych związanych z tematyką zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży, w zakresie związanym z realizacją Konkursu i przedsięwzięcia „Młodzi o zdrowiu psychicznym”.

* niepotrzebne skreślić

VII. ZGODA NA PUBLIKACJĘ IMIENIA I NAZWISKA UCZESTNIKA

Wyrażam zgodę / Nie wyrażam zgody* na podawanie imienia i nazwiska mojego dziecka przy publikacji informacji o wynikach Konkursu, w szczególności w przypadku uzyskania przez dziecko tytułu laureata lub wyróżnienia.

* niepotrzebne skreślić

.....

Data

Podpis

IX. INFORMACJA O PRZETWARZANIU DANYCH OSOBOWYCH

Administratorem danych osobowych uczestników Konkursu oraz ich rodziców/opiekunów prawnych jest:

Szkoła Podstawowa im. Królowej Jadwigi w Tłuszczu

Centrum Kultury Sportu i Rekreacji w Tłuszczu

Dane osobowe będą przetwarzane w celu:

1. organizacji i przeprowadzenia Konkursu;
2. przyjmowania i weryfikacji zgłoszeń;
3. kontaktu w sprawach związanych z Konkursem;
4. oceny prac i wyłonienia laureatów;
5. wydania dyplomów i nagród;
6. organizacji wystawy i wydarzenia finałowego;
7. dokumentowania i informowania o przebiegu Konkursu – w zakresie, na który została wyrażona zgoda;

Dane będą przetwarzane przez okres niezbędny do realizacji celów Konkursu oraz przez okres wynikający z obowiązujących przepisów prawa.

Podanie danych niezbędnych do udziału w Konkursie jest konieczne do przyjęcia i prawidłowej obsługi zgłoszenia.