REGULAMIN REKRUTACJI I UDZIAŁU

w zadaniu publicznym „Bezpieczni na co dzień – darmowy kurs samoobrony i pierwszej pomocy”
umowa nr 347/KAI/2026 · oferta nr 2/12/KAI/2026/2026

§ 1
Postanowienia ogólne

1. Regulamin określa zasady rekrutacji i udziału w zadaniu publicznym „Bezpieczni na co dzień – darmowy kurs samoobrony i pierwszej pomocy”, zwanym dalej „kursem”.
2. Organizatorem kursu jest Stowarzyszenie Ochrony Ludności i Obrony Cywilnej (SOLiOC), ul. Polskiej Organizacji Wojskowej 5, 97-300 Piotrków Trybunalski, KRS 0001180297, strona internetowa solioc.org, e-mail biuro@solioc.org, tel. 690-423-111, zwane dalej „Organizatorem”.
3. Kurs jest realizowany na podstawie oferty nr 2/12/KAI/2026/2026 złożonej do Zarządu Województwa Łódzkiego oraz umowy nr 347/KAI/2026. Kurs realizuje Zadanie 1 XII konkursu Budżetu Obywatelskiego Województwa Łódzkiego.
4. Zadanie publiczne finansowane ze środków Samorządu Województwa Łódzkiego w ramach XII konkursu Budżetu Obywatelskiego Województwa Łódzkiego.

§ 2
Słowniczek

Użyte w regulaminie określenia oznaczają:

1) **cykl** – 15 godzin zegarowych zajęć jednej grupy, w 3 albo 4 spotkaniach w jednym miesiącu;
2) **godzina zegarowa** – 60 minut zajęć; przerwy wliczają się do czasu zajęć;
3) **grupa** – do 25 uczestników, którzy razem odbywają cały cykl;
4) **uczestnik** – osoba zakwalifikowana do grupy zgodnie z regulaminem;
5) **dziecko** – uczestnik, który nie ukończył 18 lat;
6) **opiekun** – rodzic lub opiekun prawny dziecka, a w przypadku grupy szkolnej – nauczyciel wyznaczony przez szkołę jako opiekun grupy;
7) **kadra** – instruktor samoobrony i ratownik prowadzący zajęcia grupy.

§ 3
Cel kursu

1. Celem kursu jest nauczenie mieszkańców województwa łódzkiego praktycznych umiejętności: jak unikać zagrożenia, jak się obronić w sytuacji bezpośredniego ataku i jak udzielić pierwszej pomocy, zanim przyjadą służby.
2. W każdym cyklu odbywają się dwa moduły: Moduł I – Samoobrona (10 godzin zegarowych) oraz Moduł II – Pierwsza pomoc przedmedyczna (5 godzin zegarowych).
3. Nie mniej niż 2/3 czasu każdego spotkania to ćwiczenia praktyczne, które wykonuje każdy uczestnik.

§ 4
Termin, miejsce i organizacja zajęć

1. Kurs trwa od 01.11.2026 r. do 31.12.2026 r.
2. Zajęcia odbywają się w miejscu: sala szkoleniowa w siedzibie SOLiOC, ul. Polskiej Organizacji Wojskowej 5, 97-300 Piotrków Trybunalski.
3. Organizator przewiduje 250 miejsc w 10 grupach. W grupie jest najwyżej 25 uczestników.

4. W listopadzie 2026 r. zajęcia odbywa 5 grup (grupy nr 1–5). Grupy nr 1, 2, 4 i 5 mają po 3 spotkania po 5 godzin zajęć, a grupa nr 3 – 4 spotkania po 3 godziny 45 minut zajęć.
5. W grudniu 2026 r. zajęcia odbywa 5 grup (grupy nr 6–10). Grupy nr 6, 8 i 10 mają po 3 spotkania po 5 godzin zajęć, a grupy nr 7 i 9 – po 4 spotkania po 3 godziny 45 minut zajęć.
6. Każdy cykl obejmuje 15 godzin zegarowych zajęć. Przerwy wliczają się do czasu zajęć – kadra ustala je w trakcie spotkania.
7. Daty i godziny spotkań poszczególnych grup Organizator publikuje na stronie solioc.org, w mediach społecznościowych Organizatora i w siedzibie Organizatora.
8. Na sali przez cały czas zajęć są dwie osoby z kadry: instruktor samoobrony i ratownik.
9. W przerwach Organizator zapewnia uczestnikom napoje (kawa, herbata, woda) i drobne przekąski.

§ 5
Uczestnicy i warunki udziału

1. W kursie może wziąć udział każdy mieszkaniec województwa łódzkiego, bez względu na wiek i płeć. Nie jest wymagane żadne wcześniejsze przygotowanie.
2. Udział w kursie jest bezpłatny. Organizator nie pobiera od uczestników żadnych opłat.
3. Dziecko bierze udział w kursie wyłącznie:
   1) na podstawie pisemnej zgody rodzica lub opiekuna prawnego, złożonej na dokumencie „Zgoda opiekuna na udział dziecka”;
   2) w obecności opiekuna, który przebywa na sali przez cały czas zajęć.
4. Opiekun towarzyszący dziecku nie zajmuje miejsca w grupie i nie otrzymuje zaświadczenia ukończenia kursu. Opiekun, który chce sam uczestniczyć w kursie, składa własny formularz zgłoszeniowy i zajmuje miejsce w grupie na zasadach ogólnych.
5. W przypadku grupy szkolnej opiekunem na sali jest nauczyciel wyznaczony przez szkołę. Zgodę na udział dziecka zawsze podpisuje rodzic lub opiekun prawny. Szkoła może zebrać podpisane zgody i przekazać je Organizatorowi.
6. Osoby z niepełnosprawnościami biorą udział w kursie na równi z innymi uczestnikami, na zasadach opisanych w § 7.

§ 6
Zapisy

1. Nabór trwa od 01.11.2026 r. do 31.12.2026 r. albo do wyczerpania miejsc. Do danej grupy można zapisać się najpóźniej przed jej pierwszym spotkaniem.
2. Zgłoszenia przyjmujemy:
   1) przez formularz zgłoszeniowy na stronie solioc.org i w mediach społecznościowych Organizatora;
   2) e-mailem: biuro@solioc.org;
   3) telefonicznie: 690-423-111;
   4) osobiście w siedzibie Organizatora.
3. Na prośbę osoby zgłaszającej się Organizator przyjmie zgłoszenie w innej, dostosowanej formie.
4. Osoba zgłaszająca się telefonicznie, e-mailem lub w innej formie podpisuje formularz zgłoszeniowy najpóźniej na pierwszym spotkaniu, przed rozpoczęciem zajęć.
5. O udziale w kursie decyduje kolejność zgłoszeń. Liczy się data i godzina wpływu zgłoszenia. Zgłoszenie dziecka jest kompletne, gdy wpłynie także zgoda opiekuna.

6. Samorządy gminne, jednostki OSP, placówki oświatowe i inne instytucje mogą przekazywać informację o kursie. Nie decydują one o przyjęciu na kurs.
7. Organizator potwierdza przyjęcie zgłoszenia i informuje o numerze grupy oraz terminach spotkań telefonicznie albo e-mailem.
8. Osoby, dla których zabrakło miejsc, Organizator wpisuje na listę rezerwową według kolejności zgłoszeń. Lista rezerwowa jest prowadzona do 30.11.2026 r.
9. Osoba z listy rezerwowej może zająć zwolnione miejsce w grupie tylko przed pierwszym spotkaniem tej grupy.
10. Uczestnik, który rezygnuje z kursu, informuje o tym Organizatora niezwłocznie: biuro@solioc.org lub tel. 690-423-111.

§ 7
Dostępność

1. Organizator zapewnia dostępność kursu dla osób ze szczególnymi potrzebami w zakresie określonym w art. 6 ustawy z dnia 19 lipca 2019 r. o zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami (Dz. U. 2019 poz. 1696).
2. Dostępność architektoniczna: przy wejściu do siedziby Organizator zapewnia asystę; w razie potrzeby zajęcia odbywają się w innej sali w siedzibie Organizatora.
3. Dostępność informacyjno-komunikacyjna: zgłoszenia przyjmujemy nie tylko przez formularz, ale też telefonicznie, e-mailem i osobiście; na żądanie przekazujemy informacje w formie dostosowanej.
4. Dostępność cyfrowa: informacje o kursie są na stronie solioc.org.
5. Na zajęciach kadra dostosowuje tempo, technikę, intensywność i formę ćwiczeń oraz zapewnia asystę instruktora tak, aby osoba z niepełnosprawnością wykonywała ćwiczenia, a nie tylko je obserwowała.
6. Jeżeli zapewnienie dostępności w sposób określony w ust. 2–5 nie jest możliwe ze względów technicznych lub prawnych, Organizator zapewnia dostęp alternatywny zgodnie z art. 7 ustawy z dnia 19 lipca 2019 r. o zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami (Dz. U. 2019 poz. 1696).

§ 8
Zasady bezpieczeństwa na zajęciach

1. Ćwiczenia samoobrony odbywają się w parach, z asekuracją, na macie treningowej. Na kursie nie ma sparingu w pełnym kontakcie.
2. Uczestnik wykonuje ćwiczenia zgodnie z poleceniami kadry i w zakresie dostosowanym do własnych możliwości.
3. Uczestnik może w każdej chwili przerwać ćwiczenie. Złe samopoczucie, ból lub dyskomfort zgłasza od razu kadrze.
4. Kadra może wyłączyć z ćwiczenia osobę, która nie przestrzega zasad bezpieczeństwa.
5. Uczestnik przychodzi w wygodnym stroju sportowym. Na macie ćwiczymy bez obuwia (boso lub w skarpetach).
6. Organizator zapewnia bezpieczne warunki zajęć. Organizator nie zapewnia uczestnikom indywidualnego ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków; uczestnik może zawrzeć je we własnym zakresie.

§ 9
Ukończenie kursu i zaświadczenie

1. Warunkiem ukończenia kursu jest obecność na wszystkich spotkaniach swojej grupy (100% obecności), potwierdzona podpisem na liście obecności.
2. Po ostatnim spotkaniu cyklu uczestnik, który ukończył kurs, otrzymuje imienne zaświadczenie ukończenia kursu oraz drukowany materiał przypominający zasady samoobrony i pierwszej pomocy, z którego może odświeżać te zasady w rodzinie.
3. Uczestnik, który opuścił choćby jedno spotkanie, nie otrzymuje zaświadczenia ukończenia kursu.

§ 10
Dokumentacja realizacji i zdjęcia

1. Organizator dokumentuje realizację kursu: prowadzi listy obecności i dzienniki zajęć, harmonogram, konspekt programu, dokumentację fotograficzną i sprawozdanie.
2. Uczestnik podpisuje listę obecności na każdym spotkaniu. Za dziecko listę podpisuje opiekun.
3. Rozpowszechnianie wizerunku wymaga zgody osoby na nim przedstawionej (art. 81 ust. 1 ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych (Dz. U. z 2025 r. poz. 24 oraz z 2026 r. poz. 1296)). Zgodę wyraża się w formularzu zgłoszeniowym, a za dziecko – w zgodzie opiekuna.
4. Zgoda na wizerunek jest dobrowolna. Jej brak nie ma wpływu na udział w kursie. Osoby, które nie wyraziły zgody, fotografujemy tak, aby nie można było ich rozpoznać.
5. Zdjęcia z zajęć Organizator wykorzystuje w sprawozdaniu z realizacji zadania, na stronie solioc.org i na profilach Organizatora w mediach społecznościowych.

§ 11
Ochrona danych osobowych

1. Administratorem danych osobowych uczestników i opiekunów jest Organizator. Kontakt w sprawach danych osobowych: biuro@solioc.org.
2. Dane są przetwarzane zgodnie z rozporządzeniem 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 4.05.2016, str. 1), dalej: RODO.
3. Pełna informacja o przetwarzaniu danych znajduje się w klauzuli informacyjnej w formularzu zgłoszeniowym i w zgodzie opiekuna.

§ 12
Postanowienia końcowe

1. Regulamin jest dostępny na stronie solioc.org i w siedzibie Organizatora.
2. Zgłoszenie na kurs oznacza akceptację regulaminu.
3. Organizator może zmienić regulamin. Zmiany publikuje w taki sam sposób jak regulamin.
4. W sprawach dotyczących kursu prosimy o kontakt: biuro@solioc.org, tel. 690-423-111.
5. Regulamin obowiązuje od 01.11.2026 r.