



## Regulamin konkursu w ramach realizacji programu „Profilaktyki tytoniowej”.

1. Postanowienia ogólne.
  - Hasło konkursu: „**Masz wybór ...**”.
  - Organizatorzy: Powiatowa Stacja Sanitarно-Epidemiologiczna w Ostródzie.
  - Patronat nad działaniami sprawuje Starosta Ostródzki oraz patronat medialny „Radio Mazury”.
2. Cel konkursu.
  - Kształtowanie postaw i zachowań antytytoniowych wśród uczniów szkół ponadgimnazjalnych.
  - Dbanie o swoje zdrowie i swoich bliskich przez unikanie dymu tytoniowego;
  - Kształtowanie umiejętności dokonywania świadomych i przemyślanych decyzji oraz umiejętność wpływania na zachowanie prozdrowotne innych osób.
  - Uświadomienie konieczności dbania o zdrowie;
  - Znaczenie aktywności fizycznej dla zdrowia człowieka;
  - Znaczenie racjonalnego odżywiania dla zdrowia człowieka.
3. Zasięg i uczestnicy konkursu.
  - Konkurs o zasięgu powiatowym;
  - Uczniowie szkół ponadgimnazjalnych w powiecie ostródzkim: dziennych, wieczorowych i zaocznych;
4. Ramy czasowe.
  - Ramy czasowe: **14.04.2014 r. do 20 października 2014 r.**
  - Prace wraz z formularzem uczestnika należy dostarczyć do **20 października 2014 r.** do Powiatowej Stacji Sanitarно-Epidemiologicznej w Ostródzie.
  - Rozstrzygnięcie konkursu **październik 2014 r.**
  - Uroczyste wręczenie nagród **20 listopada 2014 r.** (dokładne informacje przekazemy w późniejszym terminie, drogą e-mail).
5. Zakres tematyczny.
  - profilaktyka antytytoniowa powiązana z promocją zdrowia,
  - sposoby unikania dymu tytoniowego,
  - szkodliwy wpływ palenia biernego i czynnego na zdrowie człowieka,
  - przedstawienie sposobów spędzania wolnego czasu w sposób aktywny,
  - zaprezentowanie sposobów odżywiania, które są korzystne dla zdrowia,
  - Zadaniem uczestnika konkursu jest:
    - przygotowanie pracy promującej zdrowie,
    - praca powinna propagować życie wolne od nałogu,
    - dostarczać powodu dla którego warto zerwać z paleniem.

## 6. Zasady przeprowadzenia konkursu.

### **Kategoria: grafika komputerowa.**

- Forma: grafika prac w technologii 2D lub 3D.
- Programy umożliwiające wykonanie pracy: Corel Draw, Photoshop, Illustrator, Sketchup, 3DS Max, Autocad, Ciemna 4D, Archicad, Artlantis. Programy są dostępne na stronach producenta i jest możliwość pobrania w wersji edukacyjnej (bezpłatnie) po uprzednim zalogowaniu. Warunki korzystania określone są przez producentów oprogramowania.
- Praca nie może być wcześniej publikowana, plagiatowana,
- Format prac: nie mniejszy niż A-4 i wysoka rozdzielczość 200-300 dpi.
- Plakat wykonuje jeden uczestnik (nie może być praca zbiorowa, praca wykonana samodzielnie).

### **Kategoria: praca fotograficzna.**

- Do konkursu można zgłaszać zdjęcia czarno-białe lub kolorowe zapisane na płycie CD jako pliki JPG,
- Format zdjęć dowolny, rozdzielczość nie mniejsza niż 300 DPI,
- Na płycie mogą być maksymalnie 3 zdjęcia,
- Zdjęcia nie mogą być wcześniej publikowane, plagiatowane,
- Zdjęcia mogą być przez autora poddane obróbce komputerowej (dodane napisy itp.),
- Zdjęcia nie mogą zawierać treści obraźliwych i naruszających dobre imię innych osób,
- Zdjęcia wykonuje jeden uczestnik (nie mogą być prace zbiorowe, praca wykonana samodzielnie).

### **Kategoria: praca plastyczna.**

- Zadaniem uczestnika konkursu plastycznego jest przygotowanie plakatu antytytoniowego promującego zdrowie.
- Forma plakatu dowolna (malowanie, wyklejanie, itp.).
- Praca nie może być wcześniej publikowana, plagiatowana,
- Format prac nie mniejszy niż A-3 i nie większy niż A-2.

### **Informacje ogólne do wszystkich kategorii prac.**

- Praca powinna propagować życie wolne od nałogu, dostarczać powodu dla którego warto zerwać z paleniem. Przy wyborze argumentów za niepaleniem i rzuceniem palenia, należy podkreślić przede wszystkim zdrowotne skutki i świadome wybory oraz odpowiedzialność za zdrowie innych przebywających w otoczeniu palących.
- Pierwszy etap konkursu przeprowadzają szkoły we własnym zakresie. Polega na wyłonieniu spośród prac uczniów danej placówki oświatowej 5 najlepszych prac w różnych kategoriach lub w tej samej kategorii (praca: plastyczna, fotograficzna, grafika komputerowa).
- Z każdej placówki może wpłynąć do PSSE w Ostródzie nie więcej niż 5 prac wytypowanych z etapu szkolnego.
- W konkursie nie mogą brać udziału osoby spokrewnione z pracownikami PSSE w Ostródzie.
- Każda praca na odwrocie musi być opatrzona informacją:

**Hasło konkursu;  
Imię i nazwisko uczestnika;  
klasa;  
Nazwa placówki nauczania i wychowania.**

- Do pracy należy **koniecznie dołączyć zgodę** na udział w konkursie uczestnika niepełnoletniego lub pełnoletniego (formularze w załączeniu).
- Prace: grafika komputerowa i fotograficzne mogą być dostarczone na płycie CD.

- Organizator przewiduje wyłonienie najlepszej pracy ze wszystkich kategorii (praca: plastyczna, fotografia, grafika komputerowa) oraz wyłonienie laureatów w poszczególnych kategoriach.
- Prace laureatów zostaną nagrodzone, otrzymają dyplomy i nagrody rzeczowe.
- Kopie nagrodzonych prac zostaną opublikowane na stronie internetowej BIP PSSE w Ostródzie.
- Nagrodzone prace zostaną zamieszczone na tablicy PSSE w Ostródzie na obchody „**Rzuć palenie razem z nami**”.
- Prace należy przesłać lub dostarczyć osobiście na adres:

**Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna**

**ul. Kościuszki 2**

**14-100 Ostróda**

**Z dopiskiem: konkurs z profilaktyki tytoniowej „Masz wybór ...”.**

- Regulamin konkursu dostępny jest w siedzibie Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej przy ul. Kościuszki 2 w Ostródzie oraz na stronie internetowej: BIP PSSE Ostróda [http://bip.visacom.pl/psse\\_ostroda/](http://bip.visacom.pl/psse_ostroda/).

**7. Nagrody i kryteria ich przyznawania.**

Jury konkursu: przedstawiciele Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Ostródzie oraz zaproszeni goście do współpracy. Ocenie podlegać będzie: pomysłowość, inwencja twórcza, czytelność przekazu, zgodność z tematem i celami konkursu.

Prace będą oceniane w dwóch kategoriach 2D i 3D.

Fundatorem nagród: rzeczowe – Starostwo Powiatowe w Ostródzie, Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Olsztynie.

O wynikach konkursu laureatów poinformujemy telefonicznie i pismem.