

Regulamin konkursu #offline48h

Fundacja Twarze Depresji wspólnie z grupą YouTuberów z grupy Waksy organizuje konkurs pod hasłem „#offline48h” polegający na nagraniu filmiku wideo

1. CEL

Konkurs zachęca dzieci i młodzież do wzięcia udziału w wyzwaniu, które polega na spędzeniu dwóch dni - 48 godzin - bez dostępu internetu. Telefon może posłużyć jedynie do dzwonienia, rozmowy. Nie korzystamy z aplikacji, z niczego co działa dzięki dostępowi do internetu. Celem konkursu jest zachęcenie dzieci i młodzieży do zwrócenia uwagi, co się z nimi dzieje, jak się czują, gdy nie korzystają z internetu przez 48 godzin i jakie aktywności pozytywnego dla swojego zdrowia mogą w tym czasie podejmować, będąc offline.

2. TEMATYKA

Konkurs polega na stworzeniu krótkiego filmu (maksymalnie 3 minuty) wideo. Po dwóch dniach - 48 godzinach offline, a więc bycia bez dostępu do internetu. Osoby biorące udział w wyzwaniu nagrywają swoją relację telefonem o tym:

- 1) jak minęły ostatnie dwie doby, co się z nimi działo, jak się czuły, jakie emocje temu towarzyszył, co było trudne, co łatwe;
- 2) co ważne: jak pozytywnie dla swojego zdrowia spędziły te dwie doby, jakie ciekawe aktywności podjęły.

Wideo nadesłane na konkurs ma być kompilacją montażem więcej niż dwóch takich relacji.

3. ADRESACI

Konkurs skierowany jest do młodzieży szkolnej. Dolna granica wieku 10 lat a górna nie jest określona. W konkursie mogą brać też udział nauczyciele. Film może zgłosić wychowawca klasy

lub nauczyciel lub rodzic, pod nadzorem którego uczniowie nagrali film. Warunkiem udziału w konkursie jest uzyskanie przez nauczyciela lub rodzica zgody na publiczne prezentowanie wizerunku uczniów od rodziców wszystkich uczniów biorących udział w nagraniu konkursowym.

4. TECHNIKA

4.1 Praca może być wykonana w dowolnej technice i dowolnym urządzeniem rejestrującym obraz.

Format pliku wideo powinien być w formacie .mp4 lub .mov najlepiej w rozdzielczości FullHD (1920x1080)

4.2 Film nie może wykorzystywać wizerunku osób bez ich zgody. Osoby nieletnie występują w konkursie tylko za pisemną zgodą rodziców, za której pozyskanie na rzecz Organizatora konkursu odpowiedzialny jest nauczyciel lub rodzic zgłaszający film do konkursu. Jeśli film zostanie nagrodzony w konkursie i Organizator będzie chciał go publicznie zaprezentować, nauczyciel lub rodzic zobowiązuje się przesłać zgody wizerunkowe Uczniów na adres:

Fundacja Twarze Depresji

al. Solidarności 78

00-145 Warszawa

Zgoda do podpisania dla rodziców jest do pobrania na stronie kampanii.

4.3. Nie dostarczenie zgód wizerunkowych do fundacji będzie skutkować wykluczeniem filmu z konkursu.

4.4 Praca konkursowa powinna być zgodna z prawem oraz ogólnie przyjętymi normami obyczajowymi, w tym: nie może zawierać treści powszechnie uznanych za obraźliwe lub obelżywe, treści naruszających prawa autorskie osób trzecich, treści niecenzuralnych, ośmieszających, nieprzyzwoitych, naruszających powszechnie akceptowane zasady moralności, godność osobistą, w tym na tle religijnym, etnicznym i rasowym.

4.5 W przypadku niespełnienia powyższych wymogów film nie będzie zakwalifikowany do konkursu.

4.6 Oceniania będzie treść, przekaz, jakość narracji, zgodność z tematem, kreatywność, innowacyjność, jakość techniczna.

5. PRAWA AUTORSKIE:

5.1 Uczestnicy konkursu ponoszą wyłączną odpowiedzialność za ewentualne naruszenie praw autorskich oraz wykorzystania wizerunku osób trzecich w przesłanym filmie.

5.2 Przesłanie filmu do konkursu jest równoznaczne z wyrażeniem zgody na jego publiczne pokazy oraz publikacje, jak również oznacza przyjęcie warunków uczestnictwa określonych niniejszym regulaminem.

5.3 Organizator zastrzega sobie prawo do ewentualnego wykorzystania filmów w celach promocyjnych oraz możliwość nielimitowanych pokazów.

5.4 Uczestnicy konkursu wyrażają zgodę na przetwarzanie przez Organizatora ich danych osobowych w zakresie koniecznym do prawidłowego przeprowadzenia konkursu oraz ogłoszenia jego wyników.

6. FORMA PRZESŁANIA PRACY KONKURSOWEJ

6.1 Film należy przesłać na adres: kontakt@twarzedepresji.pl w tytule wiadomości wpisując: konkurs #offline48h

Wideo należy przesłać do dnia: 30.09.2026 r.

7. FINAŁ KONKURSU I NAGRODY

7.1 Praca zgłoszona do konkursu zostanie oceniona przez komisję konkursową pod względem zgodności z tematyką konkursu, kreatywności i oryginalności.

7.2 Ogłoszenie wyników nastąpi 9.11.2026 r.

7.2 W skład komisji konkursowej wchodzi przedstawiciele Fundacji Twarze Depresji oraz członkowie grupy Waksy.

7.3 Organizatorzy przewidują wyróżnienie trzech filmów. Za I miejsce uczniowie zostaną nagrodzeni prezentacją filmu na social mediach, kanale YouTube oraz stronie www Fundacji Twarze Depresji oraz spotkaniem w ich szkole z przedstawicielem grupy Waksy oraz z psychologiem z Fundacji Twarze Depresji, który poprowadzi rozmowę z Waksami oraz

zapewni psychoedukację o zdrowiu psychicznym dzieci i młodzieży w terminie ustalonym ze szkołą i zwycięską grupą uczniów. II i III miejsce zostanie nagrodzone prezentacją filmu na social mediach, kanale YouTube oraz stronie www Fundacji Twarze Depresji oraz przesłaniem do szkolnej biblioteki książki „Twarze depresji” Anny Morawskiej-Borowiec.

7.4 Organizator zastrzegają sobie prawo do zmiany sposobu podziału nagród.

7.5 O wyniku konkursu zostanie poinformowana osoba, która zgłosi film do konkursu. Wyniki zostaną opublikowane na social mediach Fundacji Twarze Depresji oraz na stronie twarzedepresji.pl

7.6 Organizator Konkursu nie pokrywa żadnych kosztów związanych z realizacją i wysyłką filmu.

7.7 Szczegóły dotyczące konkursu znajdują się też na stronie Fundacji Twarze Depresji www.twarzedepresji.pl/konkurs