

REGULAMIN
„MINDFULNESS”
Rodzinne warsztaty

I Postanowienia ogólne

1. Organizatorem warsztatów jest:
Centrum Rozwoju Rodziny w Zabrzu
ul. Park Hutniczy 8
41-800 Zabrze
NIP: 6482799618
Regon: 386421410
2. Warsztaty są bezpłatne przeznaczone dla rodziców z dziećmi.
3. Miejscem prowadzenia warsztatów jest Centrum Rozwoju Rodziny w Zabrzu, ul. Park Hutniczy 8, 41-800 Zabrze, chyba że opis warsztatu mówi inaczej.
4. Niniejszy regulamin określa zasady, zakres i warunki uczestnictwa w zajęciach.
5. Organizator zastrzega sobie prawo zmian postanowień niniejszego Regulaminu. Wszystkie zmiany regulaminu, jakie ewentualnie pojawią się, będą publikowane i wyróżniane na stronie internetowej Organizatora.

II Warunki Uczestnictwa

6. W warsztatach może uczestniczyć osoba dorosła (rodzic/opiekun) wraz z dzieckiem/ dziećmi bez ograniczeń wiekowych.
7. Warunkiem uczestnictwa w warsztatach jest:
 - wcześniejsza rezerwacja miejsca, Uwaga: Decyduje kolejność zgłoszeń.
Zgłoszenia można dokonać za pośrednictwem poczty elektronicznej wysyłając e- maila na adres: zapisy@crr.miastozabrze.pl (w tytule wpisując proszę „Mindfulness”), telefonicznie pod numer: (32) 630 32 33 lub osobiście w CRR przy ul. Park Hutniczy 8 w Zabrzu.
 - Dokonując zgłoszenia należy podać imię i nazwisko rodzica/opiekuna oraz w przypadku dzieci wiek, numer telefonu oraz datę warsztatu.
 - Zgłoszenie uczestnictwa w warsztatach jest równoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu.

8. Zgłaszając się na warsztaty uczestnik zobowiązuje się do obecności na warsztatach we wskazanym terminie warsztatów. Zapisy dokonywane są na konkretny termin. Zajęcia nie będą odrabiane.

Zgłoszenia na warsztaty dokonują tylko osoba pełnoletnie. Pierwszeństwo w zapisach na drugi termin mają osoby nie uczestniczące w pierwszych zajęciach.

9. Ilość miejsc ograniczona. Maksymalna ilość osób w grupie warsztatowej– 12.

III Bezpieczeństwo

10. Osoby uczestniczące w warsztatach są zobowiązane do przestrzegania przepisów obowiązującego regulaminu, przepisów BHP i Ppoż., a także podporządkowania się poleceniom osób prowadzących zajęcia. W trakcie zajęć zabrania się używania telefonów oraz innych urządzeń elektrycznych – bez wyraźnego wskazania przez prowadzącego.

11. Obowiązuje zakaz udziału w warsztatach pod wpływem alkoholu lub innych środków odurzających. Osoby będące pod wpływem alkoholu lub innych środków odurzających, które weszły na teren, gdzie realizowane są zajęcia, będą poproszone o jego opuszczenie.

12. Osoba prowadząca może wyprosić osoby łamiące postanowienia niniejszego regulaminu oraz co do których powyższe uzasadnione podejrzenie, że będą naruszać niniejszy regulamin lub przepisy prawa.

13. Za szkody powstałe w wyniku celowego działania uczestnik zajęć ponosi pełną odpowiedzialność finansową.

14. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy przynoszone na warsztaty, pełna odpowiedzialność jest po stronie uczestnika.

15. Za złamanie zapisów regulaminu lub zasad współżycia społecznego uczestnik zostaje skreślony z listy osób biorących udział w warsztatach.

IV Organizacja zajęć

16. Tematyka zajęć w ramach warsztatów „Mindfulness”:

Mindfulness to inaczej trening uważności, czyli różne ćwiczenia umysłu rozwijające umiejętność bycia „tu i teraz”. Metoda łagodzenia stresu i codziennych napięć, w celu zachowania dobrego zdrowia, zwiększenia energii życiowej, oczyszczenia umysłu i rozwinięcia współczucia, cierpliwości czy innych pożądanых cech.

Uwaga: proszę o wygodny ubiór i w miarę możliwości przyniesienie swoich mat do ćwiczeń.

17. Terminy zajęć:

Warsztaty dla rodziców z dziećmi odbywają się w terminach:

12.08.2025 czas trwania zajęć 1 h godziny zajęć 16:00-17:00

Na zajęcia przychodzą rodzice/ rodzic z dzieckiem lub dziećmi.

18. Rodzic lub opiekun zapisujący dziecko na warsztaty oświadcza, że dziecko nie ma żadnych przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w zajęciach. Oświadcza również, że dziecko będzie przestrzegało przepisów dotyczących zasad bezpieczeństwa na zajęciach, w przeciwnym wypadku za wszelkie odstępstwa odpowiada osobiście.

19. Uczestnik jest odpowiedzialny za przybycie na warsztaty punktualnie zgodnie z harmonogramem.

V Przetwarzanie danych osobowych i rozpowszechnianie wizerunku

20. Organizator zastrzega sobie prawo do tworzenia dokumentacji warsztatowej z przebiegu zajęć w postaci zdjęć i filmów lub innych nośników multimedialnych oraz publikowania jej w serwisach społecznościowych Centrum Rozwoju Rodziny oraz Urzędu Miasta Zabrze (w tym na Facebooku, i stronie internetowej) nie oznaczając na zdjęciach z warsztatów imieniem i nazwiskiem osoby.

21. Rodzic lub opiekun prawny wyraża zgodę na publikowanie (w serwisach społecznościowych) wizerunku dziecka uczestniczącego w warsztatach. Oświadczenie uczestnika wraz z klauzulą RODO zostanie przekazane na pierwszych zajęciach. Podpisanie oświadczenia jest warunkiem przystąpienia do zajęć. Potwierdzenie zgody może odbyć się również poprzez podpis złożony na liście obecności Uczestników warsztatów.

.....
Podpis