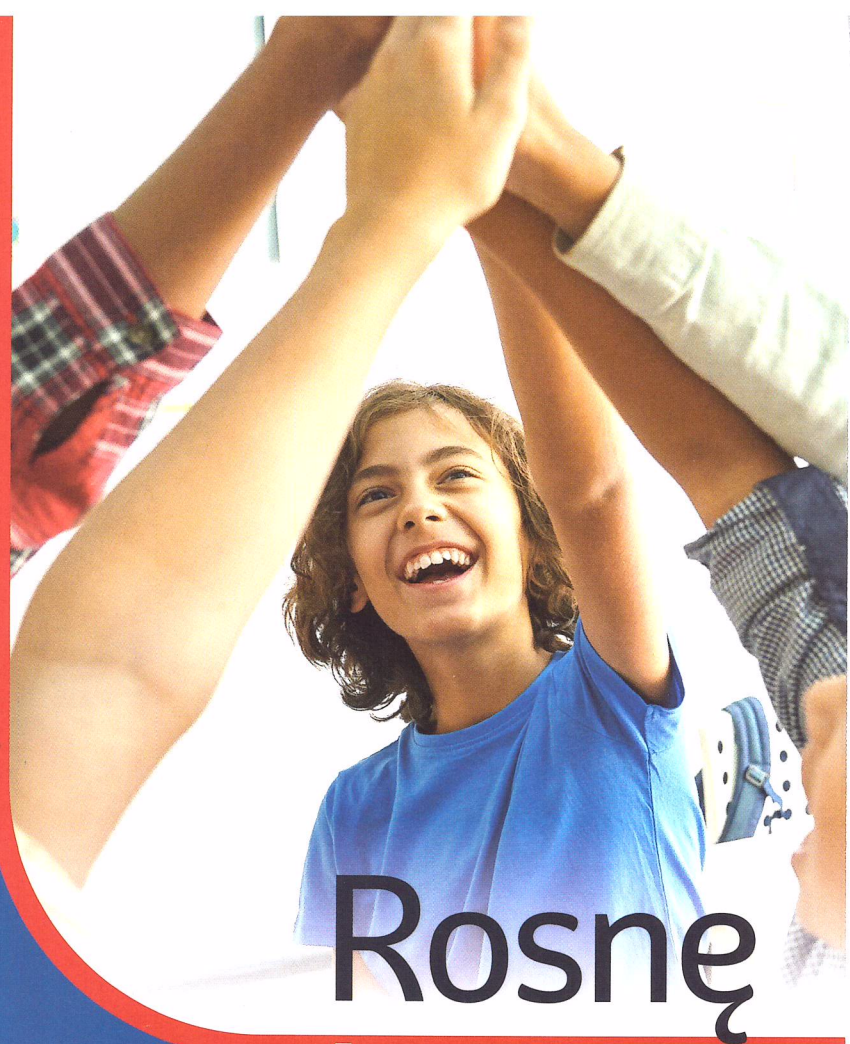


ZACHOWAJ
TRZEŹWY
UMYSŁ

ROSNE
ZDROWO



Rosnę zdrowo!

” *Zanim coś osiągniesz, musisz
czegoś od siebie oczekiwać.*

Michael Jordan (koszykarz)

ULOTKA KONKURSOWA
Rok szkolny 2022/2023

SPIDR
STOWARZYSZENIE PRODUCENTÓW
DZIENNIKARZY RADIOWYCH



KONKURS PLASTYCZNO-LITERACKI „ROSNĘ ZDROWO!”

Twoim zadaniem jest wykonanie pracy, która kojarzy się z motywem przewodnim kampanii. Jak Ty rozumiesz hasło „Rosnę zdrowo!” – może to coś, co sprawia Ci przyjemność, co jest dla Ciebie ważne, jak widzisz swoją przyszłość, czy jak dbasz o swoje zdrowie? A może masz zupełnie inny pomysł? Jesteśmy ciekawi Twojej kreatywności.

Dla kogo konkurs? uczniowie klas o-VIII.

Technika wykonania pracy: dowolna.

Format pracy: praca plastyczna (arkusz – maksymalnie A0, przestrzenna – najdłuższy wymiar nie może przekraczać 100 cm), praca literacka – maksymalnie 5400 znaków (3 strony).

Jak wysłać pracę?

➤ **I sposób** – tradycyjnie, za pośrednictwem poczty lub firmy kurierskiej – indywidualnie lub zbiorowo (prace klasowe, szkolne lub gminne). Pracę dokładnie podpisz imieniem i nazwiskiem, a także podaj nazwę gminy, w której mieści się Twoja szkoła, nazwę i adres tej szkoły lub placówki, w której wykonano pracę (np. Dom Kultury, Biblioteka) oraz imię i nazwisko nauczyciela prowadzącego. Pamiętaj o zgodzie rodzica na udział w konkursie!

➤ **II sposób** – praca plastyczna może zostać uwieczniona na fotografii i przesłana w wersji elektronicznej na adres e-mail: rosnezdrowo@trzezwymysl.pl lub biuroztu@gmail.com. Wysyłając pracę w takiej formie, należy dołączyć krótki opis techniki wykonania pracy oraz zgodę rodzica/ opiekuna prawnego o następującej lub podobnej treści: „Ja (imię i nazwisko) zapoznałem się z regulaminem konkursu „Rosnę zdrowo!”, akceptuję jego warunki i zezwalam mojemu dziecku (imię i nazwisko) na udział w konkursie. Praca literacka może zostać wysłana w pliku doc., docx, lub pdf.

Termin nadsyłania prac: do 30 czerwca 2023 r. Na kopercie koniecznie napisz:

„**Konkurs – Rosnę zdrowo!**”

Adres do wysyłki: Stowarzyszenie Producentów i Dziennikarzy Radiowych, ul. Grochowska 45a, 60-277 Poznań lub mailowo na adresy podane powyżej.

Rozstrzygnięcie konkursu: 31 sierpnia 2023 r. Regulamin konkursu dostępny na stronie: www.trzezwymysl.pl lub w siedzibie organizatora. Lista laureatów zostanie opublikowana na stronie: www.trzezwymysl.pl.

Nagrody: gry, książki, zestawy muzyczne.



NOWOŚĆ! KONKURS EDUKACYJNO-PROFILAKTYCZNY „MÓJ POMYSŁ NA ZDROWIE!”

Twoim zadaniem jest wykonanie plakatu profilaktycznego zachęcającego swoich rówieśników do dbania o swoje zdrowie/postawienie na zdrowy styl życia. Plakat może odnosić się do różnych rodzajów profilaktyki prozdrowotnej: zdrowia fizycznego, psychicznego, społecznego.

Dla kogo konkurs? uczniowie klas I-VIII z podziałem na dwie kategorie wiekowe: klasy I-IV, klasy V-VIII.

Technika wykonania pracy: praca plastyczna, grafika komputerowa.

UWAGA! Format pracy: 32×48 cm lub 35×50 cm.

Jak wysłać pracę? tradycyjnie, za pośrednictwem poczty lub firmy kurierskiej – indywidualnie lub zbiorowo (prace klasowe, szkolne lub gminne). Pracę dokładnie podpisz imieniem i nazwiskiem, a także podaj nazwę gminy, w której mieści się Twoja szkoła, nazwę i adres tej szkoły lub placówki, w której wykonano pracę (np. dom kultury, biblioteka) oraz imię i nazwisko nauczyciela prowadzącego. Pamiętaj o zgodzie rodzica na udział w konkursie! **Praca musi zostać wysłana do nas w wersji fizycznej (oryginał), tak abyśmy w razie wygranej mogli przygotować plakat do wydruku.**

Termin nadsyłania prac: do 30 czerwca 2023 r. Na kopercie koniecznie napisz:

„**Konkurs – Mój pomysł na zdrowie!**”

Adres do wysyłki: Stowarzyszenie Producentów i Dziennikarzy Radiowych, ul. Grochowska 45a, 60-277 Poznań lub mailowo na adresy podane powyżej.

Rozstrzygnięcie konkursu: 31 sierpnia 2023 r. Regulamin konkursu dostępny na stronie: www.trzezwymysl.pl lub w siedzibie organizatora. Lista laureatów zostanie opublikowana na stronie: www.trzezwymysl.pl.

Nagrody: w konkursie zostanie wybranych sześć zwycięskich plakatów (trzy w kategorii I-IV klasa; trzy w kategorii V-VIII klasa). Plakaty zostaną scyfrowane i wydrukowane, a następnie dołączone jako element profilaktyczny do materiałów kolejnej edycji kampanii „Zachowaj Trzeźwy Umysł 2024”. Laureaci otrzymają też nagrody rzeczowe (słuchawki bezprzewodowe).



KONKURS ZESPOŁOWY!

Konkurs edukacyjno-profilaktyczny „W ZDROWYM CIELE ZDROWY DUCH!”

Waszym zadaniem jest wykonanie zdjęcia, na którym zostanie przedstawione hasło konkursowe. Podczas oceny prac będzie promowane kreatywne, pomysłowe i nieoczywiste podejście do zadanego tematu. Zastanówcie się, w jaki ciekawy sposób przedstawić to hasło, aby obrazujące je zdjęcie stało się inspiracją dla Waszych rówieśników.

Dla kogo konkurs: uczestnikami konkursu mogą być uczniowie klas szkół podstawowych, świetlic środowiskowych, domów kultury etc. z samorządów biorących udział w kampanii „Zachowaj Trzeźwy Umysł 2023”. Zespoły mogą liczyć maksimum 3–5 osób. Każdy zespół może nadesłać tylko jedną pracę. W ramach jednej klasy (grupy) może powstać kilka oddzielnych zespołów.

Termin i sposób wysyłania prac: na Wasze prace czekamy do 30 listopada 2023 r. Najlepiej, jeśli wyślecie do nas zdjęcie jako załącznik na nasz adres mailowy:

zdjecie@trzezwymysl.pl.

W treści dołączonej do wiadomości nie zapomnijcie o podaniu:

- nazwy grupy/ zespołu klasowego;
- nazwy gminy/ miasta, w której mieści się Wasza szkoła/ placówka;
- nazwy i adresu placówki, w której wykonano pracę (np. szkoła, dom kultury, biblioteka, świetlica środowiskowa);
- imion i nazwisk autorów zdjęcia i opiekuna prowadzącego (jeśli ktoś z dorosłych Wam pomagał) oraz zgody na uczestnictwo w konkursie.

Rozstrzygnięcie konkursu i nagrody: rozstrzygnięcie konkursu nastąpi do 31 grudnia 2023 r. Nagrodą jest **projektor multimedialny dla placówki, którą reprezentuje zwycięska grupa (np. dla szkoły, domu kultury, biblioteki itp.) oraz dyplomy i nagrody rzeczowe dla uczniów**. Regulamin konkursu dostępny na stronie: www.trzezwymysl.pl lub w siedzibie organizatora. Lista nagrodzonych osób zostanie opublikowana na stronie: www.trzezwymysl.pl.