

## Warunki uczestnictwa

<b>Nazwa organizatora:</b>	Okręg Pomorski ZHR
<b>Nazwa formy HAL/HAZ:</b>	obóz stacjonarny pod namiotami
<b>Adres:</b>	Harcerska Baza Obozowa nad jez. Bagienka, 83-240 Mermet
<b>Data i godzina wyjazdu:</b>	<b>obóz 4.07.2022 godz. 9 lub 13 (2 tury);</b> kwaterka 28.06.2022 godz. 9
<b>Data i godzina powrotu:</b>	24.07.2022 do godz. 18
<b>Komendant/ka</b>	Adam Niemkiewicz an@zhr.pl
<b>Komendant podobozu – wychowawca</b>	Karol Konczal

### Warunki ogólne

Obóz zorganizowany zgodnie wytycznymi GIS, MZ, PSP i MEiN dla organizatorów wypoczynku dzieci i młodzieży pod namiotami. Obóz jest realizowany metodą harcerską, która zakłada m.in. bezpośrednie zaangażowanie i współorganizowanie działań obozowych przez harcerki i harcerzy poprzez np.: budowanie obozu, służby wartownicze, kuchenne, porządkowe. Innymi słowy wiele działań, czy warunki pobytu zależą bezpośrednio od Ich zaangażowania, pracy i współdziałania. Np. harcerki i harcerze sami budują pionierkę, czyli prycze (łóżka) oraz półki.

Harcerki i harcerze będą spali w namiotach typu „10”, będą mogli korzystać z zimnej/podgrzanej wody do mycia. Mycie odbywa się w miskach, w namiotach sanitarnych. Będą korzystać z toalet z wkładami typu toi-toi.

Kuchnia i stołówka pracują wyłącznie na potrzeby uczestników i kadry formy wypoczynku. Wyżywienie jest przygotowywane zgodnie z normami, zasadami i wymaganiami żywienia zbiorowego dzieci i młodzieży i obejmuje 4 posiłki: śniadanie, obiad, podwieczorek, kolacja. Przygotowanie posiłków nadzorują osoby, posiadające odpowiednie badania lekarskie, a uczestnicy obozu w zastępach służbowych wykonują prace typu: robienie kanapek, obróbka produktów, gotowanie, smażenie. Posiłki przygotowywane są w kuchni - namiocie kuchennym, w którym jest sprzęt i wyposażenie. Na stołówce są wyznaczone stałe miejsca dla zastępów/drużyn.

### Koszt obozu, terminarz wpłat

Całkowity koszt pobytu na obozie wynosi: **1100zł**

Koszty stałe obozu (wynajem sanitariatów, zakup drewna, transport osób i sprzętu, pozwolenia i in.) są niezależne od długości pobytu na obozie. W przypadku krótszego pobytu, od całkowitego kosztu obozu odlicza się jedynie koszt wyżywienia, który wynosi ok. 25 zł/dobę. Z pierwszej raty wpłat pokrywamy koszty pozwoleń, drewna, zaliczki na transport osób i sprzętu, zakupy sprzętu – stąd ta 1. rata jest bezzwrotna.

Odpłatność należy dokonać w ratach:

1. rata – do 5 maja 2022 - 300 PLN (bezzwrotna)
2. rata – do 22 maja 2022 - 300 PLN
3. rata – do 2 czerwca 2022 - 300 PLN
4. rata - do 15 czerwca 2022 - 200 PLN

Konto: Okręg Pomorski ZHR

nr: 33 1020 1026 0000 1002 0465 5561,

tytuł: Składka programowa MERMET 2022 62 (*imię i nazwisko dziecka*)

np.: Składka programowa 62 GDH Jan Kowalski

Świadczenia, jakie w ramach odpłatności zapewnia organizator:

- zakwaterowanie w warunkach obozowych pod namiotami na materacach, na własnoręcznie wykonanej pryczy,
- wyżywienie: śniadanie, obiad, podwieczorek, kolacja,
- opieka kadry opiekuńczej (w tym wychowawców, ratownika, ratownika wodnego);
- koszty przejazdu na miejsce obozu i z powrotem do Trójmiasta,
- ubezpieczenie od NNW,

- obowiązkowy dla harcerzek i harcerzy program, realizowany harcerską metodą, oparty na systemie ideowo-wychowawczym ZHR, obejmujący wszechstronny rozwój intelektualny, religijny i fizyczny poprzez m.in.: zdobywanie nowych/podwyższanie umiejętności społecznych (praca w grupie, komunikacja, planowanie i in.), modlitwy i msze św., zajęcia kulturalne, sportowe, turystyczne, zajęcia praktyczne i wiele innych,
- inne świadczenia zawarte w dalszych częściach niniejszego dokumentu.

### Wykaz niezbędnego wyposażenia uczestnika

---

- duży plecak na cały ekwipunek, do chodzenia po lesie (nie torba lub walizka),
- mały plecak na wędrowkę - na oba ramiona,
- śpiwór, karimata, ew. poduszka
- umundurowanie: mundur, pasek, spódnica /krótkie spodnie, getry, wyłogi, nakrycie głowy
- koszulki drużyny, polar
- legitymacja, pieniądze – maks. 50 zł
- leki i z informacją na opakowaniu o dawkowaniu,
- strój polowy: spodnie + bluza (do zniszczenia); ciemne kolory, zakrywające całość kończyn
- kurtka przeciwdeszczowa z kapturem szeroka, by zmieściło się pod nią kilka warstw odzieży, w tym polar,
- bielizna (bawełna) na ok. 10 dni (będzie pranie), przyda się również kilka par grubszych skarpet.
- polar lub ciepła bluza; polar jest lepszy niż sweter, gdyż jest lżejszy, nie chłonie tak wody i szybciej wysycha.
- T-shirty, lekkie koszulki, krótkie spodenki/szorty,
- nakrycie głowy (przeciwśłoneczne) czapka z daszkiem lub chusta,
- odzież do spania – najlepiej sprawdzi się dres,
- strój kąpielowy,
- wygodne buty turystyczne za kostkę - najlepiej buty trekkingowe,
- wygodne lekkie buty typu sportowego,
- przybory do czyszczenia obuwia, gąbka lub szczotka + pasta lub impregnat,
- menażka, niezbędnik, kubek metalowy lub plastikowy,
- notatnik; 2 długopisy, śpiewnik, kompas, mała linijka, gwizdek,
- latarka (najlepiej czołówka) z zapasowymi bateriami,
- szampon, żel do mycia (poj. mniejsza niż 0,5l), szczoteczka i pasta do zębów;
- 2 ręczniki duże,
- krem z filtrem minimum 30, środek przeciw komarom, talk do stóp / zasyпка, grzebień, dezodorant, inne środki i kosmetyki, obcinaczka,
- igła + nici (np. w pudełku po tic-tac), mała apteczka (plaster, bandaż itp.), zapasowe sznurowadła,
- butelka wielorazowego użytku na wodę pitną
- **zakaz zabierania telefonów komórkowych, jeśli telefon będzie konieczny (np. w celu rekrutacji do szkoły średniej) należy uzyskać indywidualne pozwolenie od drużynowego przed obozem**

### Warunki rezygnacji z uczestnictwa

---

Pierwsza rata kosztów obozu (300 zł) jest bezwrotna, gdyż pokrywane są koszty m.in.: pozwoleń, drewna, zaliczki na transport osób i sprzętu, sprzętu. Uczestnik, który z ważnych przyczyn nie może wziąć udziału w obozie, jest uprawniony do otrzymania zwrotu reszty odpłatności, gdy zgłosi mailem potrzebę najpóźniej do 10 dni przed dniem rozpoczęcia udziału w obozie. Później lub w czasie obozu możliwy jest zwrot kosztów w wysokości dziennej stawki żywieniowej pomnożonej przez liczbę dni, w których nie bierze udziału. Zwrot niewykorzystanej odpłatności jest wykonany na rachunek bankowy, z którego dokonano wpłaty. Zwrotu dokonuje się w pierwszej kolejności na rachunek pracodawcy (jeśli wcześniej wniósł odpłatność), do wysokości jego wpłaty, zaś ew. pozostałą część zwrotu przekazuje się na rachunek wskazany we wniosku.

## Sytuacje nadzwyczajne

---

Organizator obozu oraz uczestnik nie są odpowiedzialni za naruszenie obowiązków będących konsekwencją zakwalifikowania danej osoby jako uczestnika obozu na podstawie przepisów oświatowych w sytuacji, w której taki stan rzeczy spowodowany jest działaniem siły wyższej. Przez siłę wyższą rozumie się zdarzenia zewnętrzne, niezależne od organizatora oraz uczestnika, a także niemożliwe do przewidzenia, które zasadniczo utrudniają lub uniemożliwiają zrealizowanie obozu, a których nie można było przewidzieć ani im zapobiec lub przewyciężyć poprzez działanie z zachowaniem należytej staranności. Jeśli siła wyższa wystąpi – druga strona zawiadamia o tym na piśmie, a strony uzgodnią działania, umożliwiające zorganizowanie obozu. Jeśli działanie siły wyższej uniemożliwi zrealizowanie obozu - stosunek prawny łączący organizatora i uczestnika wygasa, a uczestnikowi nie przysługują względem organizatora jakiegokolwiek roszczenia odszkodowawcze będące skutkiem tego, że obóz nie doszedł do skutku. Uczestnik może domagać się zwrotu kwoty faktycznie przez niego wpłaconej, przy czym kwota ta będzie pomniejszona o rzeczywiste koszty poniesione przez organizatora.

## Dodatkowe informacje

---

1. Podczas obozu niepełnoletni uczestnicy mogą być zabierani z obozu/zajęć wyłącznie przez swych rodziców/opiekunów prawnych. Jeśli Państwa dziecko ma być odebrane przez inne osoby, niezbędne jest złożenie pisemnej deklaracji w obecności drużynowej/ego przed rozpoczęciem rozkładania obozu w terenie.
2. W nagłych wypadkach kadra podejmie próby skontaktowania się z rodzicami lub opiekunami uczestników dostępnymi nam sposobami, w oparciu o dane podane przez Państwa w dokumentacji uczestnika. Jeśli nie uda nam się nawiązać kontaktu, a sytuacja będzie tego wymagała, będziemy podejmowali wszelkie działania zmierzające do ochrony zdrowia i życia uczestnika.
3. Obóz jest przedsięwzięciem wspólnym i wszyscy członkowie drużyn są tak samo odpowiedzialni za jego powodzenie i dobrą atmosferę. Na obozie nie ma podziału na „korzystających z wypoczynku” i „organizujących wypoczynek”, choć oczywiście obowiązki instruktorów, wychowawców wypoczynku oraz kadry są większe. Na obozie będzie ratownik wodny i ratownik KPP.
4. Uczestnicy obozu uczestniczą w załadunku sprzętu, przy transporcie na miejsce obozu, w załadunku sprzętu na koniec obozu. , Dopiero po rozładunku sprzętu w magazynie obóz się kończy.
5. Uczestnicy obozu sami rozstawiają namioty, budują prycze i półki, budowle obozowe (kuchnia, stołówka, sanitarne, brama, wystroju obozu itp. Przy końcu obozu całe wyposażenie jest wspólnymi siłami zwijane i demontowane, a teren sprzątnięty i maskowany. Prace te są wykonywane z wykorzystaniem narzędzi takich jak piła, młotek, toporek, szpadel itp. Uczestnicy są szkoleni i wykorzystują umiejętności cięcia, rąbania, wbijania i wyciągania gwoździ, kopania, wiązania prostych węzłów. Przed przystąpieniem do pracy uczestnicy zapoznają się z zasadami bezpiecznej pracy, niemniej możliwe są urazy związane z korzystaniem z narzędzi i wykonywaniem wymienionych prac. Wszystkie powyższe działania są elementami harcerskiego procesu wychowania.
6. Harcerki i harcerze pełnią służby obozowe: kuchenną (przygotowują posiłki i wydają, sprzątają, zmywają, gotują wodę do mycia itp.), wartowniczą (dozór terenu obozu w dzień i w nocy), porządkową (sprzątanie namiotów i urządzeń sanitarnych itp.).
7. Harcerki i harcerze są podzieleni na zastępy, który jest zakwaterowany w jednym namiocie, większość zadań programowych, czynności organizacyjnych i porządkowych oraz służb jest wykonywana zastępem. Zastępem dowodzi zastępowa/y – niepełnoletni rówieśnik, kierujący zastępem i który jest uprawniony do wydawania członkom zastępu niezbędnych poleceń.
8. Specyfika pracy harcerskiej polega na tym, że wielokrotnie zastępy lub inne zespoły uczestników wykonują zadania na terenie obozu lub poza nim, pod kierownictwem wyłącznie zastępowego lub innego bardziej doświadczonego harcerza, bez bezpośredniego nadzoru osób dorosłych. Instruktorzy odpowiadają za bezpieczeństwo uczestników przez cały czas i organizują zajęcia z uwzględnieniem zasad bezpieczeństwa, ale znaczna część aktywności harcerskiej jest realizowana przez uczestników samodzielnie, bez bezpośredniej obecności instruktorów.
9. Zasadniczo proponujemy, by dzieci nie zabierały telefonów komórkowych lub były przekazane do depozytu instruktorowi – będą udostępniane w czasie np. ciszy poobiedniej. Ze względów wychowawczych niekorzystne jest, gdy dziecko z każdym najdrobniejszym kłopotem telefonuje do rodziców. Harcerstwo kształtuje samodzielność, która m.in. ma się przejawiać w rozwiązywaniu swoich problemów bez ciągłego wsparcia z zewnątrz. Telefon drużynowego będzie włączony w określonych godzinach.
10. Organizatorem obozu jest Okręg Pomorski ZHR, więc cała kadra, wszystkie harcerki i harcerze uczestniczą w modlitwach porannych i wieczornych, przed i po posiłkach oraz w niedzielnej mszy, organizowanych na terenie obozu.

## REGULAMINY OBOWIĄZUJĄCE PODCZAS OBOZU

---

### I. REGULAMIN UCZESTNICTWA

1. Uczestnik obozu ma prawo:

- korzystania z urządzeń obozowych znajdujących się na terenie zgrupowania,
- do udziału w zajęciach programowych organizowanych dla danej drużyny, zastępu.

2. Każdy uczestnik obozu ma obowiązek:

- podporządkowania się regulaminom obowiązującym podczas obozu,
- podporządkowania się instruktorom i wychowawcom, wypełniania poleceń i realizowania zleconych zadań,
- przestrzegania ustalonego rozkładu dnia, brania udziału w zajęciach, wyznaczonych służbach, życiu obozu,
- szanowania i zabezpieczenia przed uszkodzeniem lub zniszczeniem sprzętu obozowego i osobistego (Komenda obozu nie bierze odpowiedzialności za uszkodzenia lub zniszczenie sprzętu należącego do uczestnika),
- utrzymania czystości i porządku na terenie obozu,
- kulturalnego zachowania się w stosunku do wszystkich osób, zgodnego z Prawem i Przyrzeczeniem Harcerskim.

3. Uczestnikom obozów zabrania się:

- posiadania i palenia papierosów, posiadania i picia napojów alkoholowych, posiadania i brania środków odurzających,
- posiadania materiałów pirotechnicznych, replik broni i in. przedmiotów zagrażających bezpieczeństwu,
- samowolnego oddalania się z terenu obozu oraz od zastępu/drużyny,
- samowolnego zbliżania się do zbiorników i cieków wodnych, samowolnej kąpieli w nich, kąpieli poza wyznaczonym kąpieliskiem bez nadzoru ratownika wodnego,
- wykonywania czynności, które stwarzają zagrożenie dla niego samego oraz innych osób.

5. Ustala się następujące nagrody za wyróżniającą postawę na obozie:

- pochwała uczestnika w obecności grupy
- pochwała w rozkazie dziennym
- pochwała w rozkazie zamykającym obóz.

4. Ustala się następujące kary za nieprzestrzeganie regulaminów:

- upomnienie uczestnika przez instruktora,
- upomnienie uczestnika przez instruktora w obecności grupy,
- nagana z ostrzeżeniem,
- usunięcie z obozu.

5. W przypadku nieprzestrzegania warunków uczestnictwa przez uczestnika obozu organizator ma prawo usunąć Uczestnika z obozu bez zwrotu kosztów poniesionych za udział w Obozie oraz zobowiązać rodzica/opiekuna do odbioru Uczestnika z Obozu.

6. W trakcie obozu nie są dozwolone odwiedziny rodziców lub innych osób z rodzin, czy przyjaciół. Wyjątkiem jest tzw. dzień odwiedzin, który może ustalić drużynowa/y.

7. Uczestnikami obozu są wyłącznie harcerki i harcerze, których rodzice opłacili składkę członkowską ZHR za bieżący rok.

### II. REGULAMIN PORUSZANIA SIĘ PO DRÓGACH

Regulamin określa zasady poruszania się po drogach podczas wszelkich zajęć organizowanych przez jednostki organizacyjne ZHR.

1. Uczestnicy zajęć organizowanych przez jednostki ZHR poruszając się w zwartym szyku stosować powinni następujące zasady:

- a) rodzaj szyku ustala instruktor lub inna osoba prowadząca zajęcia i podaje do wiadomości wszystkich uczestników zajęć,
- b) na czele za instruktorem prowadzącym znajdują się najmłodszy i najsłabszy uczestnicy, którzy nadają tempo marszu, zaś szyk zamykają najstarszy uczestnicy i w miarę możliwości drugi instruktor lub inna osoba pełnoletnia.

2. Podczas poruszania się po drodze uczestnicy zajęć mogą poruszać się:

- a) w zwartym szyku kolumnie,
- b) małymi grupkami lub pojedynczo, przy czym nie dotyczy to poruszania się po drodze uczestników do 10 roku życia włącznie.

3. Podczas poruszania się kolumny po drodze należy stosować następujące zasady, (z zastrzeżeniem pkt.1):

- a) kolumna porusza się prawą stroną drogi, jak najbliżej jej prawej krawędzi, przy czym kolumna nie może zajmować więcej niż połowy szerokości jedni, zaś liczba uczestników idących obok siebie nie może być większa niż cztery,
- b) pierwszy i ostatni z maszerujących z lewej strony niosą chorągiewki: pierwszy w kolorze białym, zaś ostatni w kolorze żółtym,
- c) jeśli długość kolumny przekracza 20 metrów maszerujący z lewej strony są obowiązani nieść dodatkowe chorągiewki w kolorze białym rozmieszczone minimum co 10 metrów,
- d) w czasie marszu należy zwracać baczną uwagę na pojazdy poruszające się po drodze.
- e) poruszanie się kolumny po drodze publicznej w warunkach niedostatecznej widoczności, takich jak noc, mgła czy ulewny deszcz jest zabronione. W razie gdy zmiana widoczności zaskoczy nas w czasie przemarszu, kolumna może poruszać się po jezdni wyłącznie

oznakowana światłem; pierwszy i ostatni z maszerujących z lewej strony od osi jezdni są zobowiązani nieść zapalone latarki pierwszy ze światłem białym, skierowanym do przodu, ostatni ze światłem czerwonym, skierowanym do tyłu.

4. W miarę możliwości należy unikać poruszania się po jezdni kolumny złożonej z osób do lat 10. W razie konieczności kolumna taka może poruszać się po jezdni wyłącznie w warunkach dobrej widoczności, pod nadzorem instruktora lub innej osoby pełnoletniej, przy czym kolumna taka:

- a) powinna poruszać się jak najbliżej lewej krawędzi jezdni,
- b) powinna ustępować nadjeżdżającym pojazdom.

5. Jeśli nie ma chodnika lub specjalnej drogi dla pieszych, a uczestnicy maszerują małymi grupami lub pojedynczo, należy poruszać się lewą stroną drogi, jak najbliżej krawędzi jeden za drugim albo – przy dobrej widoczności – parami.

6. Nie wolno odłączać się od grupy bez zezwolenia prowadzącego, a po powrocie należy powiadomić o tym fakcie prowadzącego.

7. Podczas zajęć jeden opiekun (instruktor lub inna osoba pełnoletnia) powinien przypadać na 15 uczestników, zaś w przypadku turystyki kwalifikowanej np. górskiej na 10 uczestników.

8. Nie wolno zatrzymywać się w miejscach, gdzie utrudniona jest widoczność, np. na zakrętach, za i przed wzniesieniami, które zasłaniają widoczność maszerującym i kierowcom.

9. W miastach należy poruszać się zwartą grupą po chodnikach lub innych szlakach przeznaczonych dla pieszych. Jezdnię przekraczamy jedynie w miejscach wyznaczonych lub przewidzianych przepisami.

Niniejszy Regulamin może być na bieżąco uzupełniany przez instruktora lub inną osobę prowadzącą zajęcia, jeśli wymaga tego bezpieczeństwo uczestników.

### **III. REGULAMIN TRANSPORTU**

1. W dniu wyjazdu na obóz, zalecane jest, by za zgodą rodziców lub opiekunów prawnych, harcerki i harcerze z chorobą lokomocyjną na pół godziny przed skorzystaniem ze środka transportu zażyły Aviomarin. W przypadku podróży autokarem osoby z chorobą lokomocyjną siadają z przodu.

2. Osoby odprowadzające dzieci nie mogą wchodzić do środka transportu przeznaczonego do przewozu uczestników

3. Podczas podróży środkami transportu uczestnicy bezwzględnie podporządkowują się poleceniom kadry.

4. W środkach transportu publicznego wszyscy uczestnicy wsiadają i wysiadają drzwiami wskazanymi przez kadrę i są liczeni przez osobę z kadry odpowiedzialną za przejazd. A podczas podróży znajdują się w wyznaczonym przedziale.

5. Podczas wsiadania do autokaru/przedziału zajmuje się miejsca od końca.

6. Z drzwi autokaru / pociągu uczestnicy wysiadają pojedynczo na lewą stronę, najpierw osoby znajdujące się bliżej wyjścia, potem siedzący dalej, po wyjściu należy odsunąć się od drzwi, aby nie utrudniać wysiadania innym.

7. W razie konieczności skorzystania z toalety należy niezwłocznie powiadomić o tym kadrę.

### **IV. REGULAMIN PRZECIWPOŻAROWY**

Regulamin określa zasady ochrony przeciwpożarowej obowiązujące podczas zajęć organizowanych przez jednostki ZHR.

1. Podczas zajęć w szczególności zabrania się:

- a) rozpalania ognisk w odległości mniejszej niż 100 metrów od ściany lasu, stogów siana itp., za wyjątkiem miejsc wyznaczonych;
- b) chodzenia po lesie z otwartym ogniem oraz posługiwanie się nim w namiotach;
- c) instalowania urządzeń elektrycznych oraz dokonywania napraw sieci elektrycznej albo gazowej przez osoby nieuprawnione.

2. Podczas zajęć w szczególności należy:

a) zachować szczególną ostrożność i rozwagę przy używaniu ognia, stosując ogólne normy przeciwpożarowe, w tym zasady, o których mowa w niniejszym Regulaminie;

b) zapoznać z zasadami ochrony przeciwpożarowej uczestników zajęć, w których używany jest ogień albo przedmioty łatwopalne.

3. Podczas stacjonarnych zajęć wielodniowych (biwaków, obozów letnich i zimowych itp.) należy ponadto:

a) ustalić i podać do wiadomości uczestników sygnały i sieci alarmowe, sposób zawiadamiania straży pożarnej oraz drogę i sposób ewakuacji na wypadek zaistnienia pożaru;

b) zorganizować wystarczającą liczbę punktów przeciwpożarowych zawierających oznakowany sprzęt przeciwpożarowy (gaśnice, hydronetki, wiadra, łopaty, beczki z wodą, skrzynie z piaskiem, tłumice, koce gaśnicze itp.);

c) zminimalizować zagrożenie pożarowe, poprzez zabezpieczenie potencjalnych jego źródeł (np. zabezpieczenie kominów kuchni i pieców przed wylatywaniem z nich isker).

4. Przy wyborze miejsca na ognisko, oprócz zasady o której mowa w pkt. 1a) niniejszego Regulaminu, należy brać pod uwagę kierunek wiejącego wiatru oraz inne warunki atmosferyczne.

5. Miejsce na ognisko należy oczyścić z chrustu, ściółki, trawy itp., tak aby ogień rozpalać na piasku.

6. W pobliżu ogniska należy zgromadzić sprzęt do gaszenia ognia.

7. Przed rozpoczęciem ogniska należy wyznaczyć osobę, która będzie stale nad nim czuwać, zwracając uwagę np. na kierunek wznoszenia się iskier oraz zabezpieczyć teren po zakończeniu ogniska, to znaczy:

- a) ogień zgasi wodą;
- b) popiół przysypie ziemią;
- c) przywróci terenowi pierwotny wygląd, chyba że jest to stałe miejsce na ognisko.

Każdy uczestnik zajęć ma obowiązek natychmiastowego zawiadomienia instruktora lub innej osoby wchodzącej w skład kadry zajęć o zauważonym pożarze lub jego potencjalnym źródle.

8. W wypadku powstania pożaru należy:

- a) zachować spokój i przeciwdziałać panice;
- b) natychmiast przystąpić do gaszenia pożaru przy pomocy posiadanego sprzętu oraz zawiadomić straż pożarną;
- c) zapewnić bezpieczną ewakuację uczestników zajęć, jeżeli nie mogą oni wspierać akcji gaśniczej.

Po przybyciu straży pożarnej na miejsce należy podporządkować się poleceniom kierującego akcją gaśniczą i ściśle z nim współpracować. Po zakończeniu akcji sprzęt przeciwpożarowy należy niezwłocznie przygotować do ponownego użycia. Zasady ochrony przeciwpożarowej obozów i innych wielodniowych zajęć stacjonarnych komendant tych zajęć powinien uzgodnić ze strażą pożarną i władzami leśnymi. Jeżeli czas trwania zajęć stacjonarnych przekracza 14 dni do kompetencji komendanta tych zajęć pozostawia się przeprowadzenie jednego próbnego alarmu przeciwpożarowego na początku tych zajęć.

Niniejsza Instrukcja może być na bieżąco uzupełniana przez instruktora lub inną osobę prowadzącą zajęcia, jeżeli wymaga tego bezpieczeństwo uczestników.

## V. REGULAMIN SŁUŻB

1. Komendant lub oboźny zgrupowania wyznacza poszczególne podobozy do pełnienia konkretnych służb, a komendanci podobozów wyznaczają konkretne zastępy w składzie min. 6 osób. Służby trwają 24 godziny a ich zmiana następuje tuż przed zakończeniem ciszy poobiedniej. Za właściwe pełnienie służby przez zastęp służbowy odpowiedzialny jest wyznaczony na stałe członek kadry podobozu lub zgrupowania.
2. Wyznaczona przez komendanta obozu osoba jest obowiązana poinstruować członków zastępu służbowego o zasadach sanitarnych i bezpieczeństwa przy pracach wykonywanych w ramach danej służby. Służbę mogą wykonywać tylko osoby zdrowe.
3. Do obowiązków zastępu kuchennego należy m.in.:
  - pomoc w przygotowaniu i wydawaniu posiłków,
  - przygotowywanie opału do kuchni,
  - mycie naczyń kuchennych, porządkowanie i utrzymywanie w czystości kuchni i jej otoczenia,
  - przygotowanie tac z zestawami na stoły, zanieśenie ich i innych produktów na stoły na stołówce,
  - sprzątnięcie stołówki, dezynfekcja stołów, posprzątanie terenu stołówki, sprzątnięcie zmywaka,
  - odłożenie produktów i sprzętu na swoje miejsce,
  - realizacja innych zadań z listy obowiązków zastępu kuchennego wywieszonych w kuchni,
  - używanie w wyznaczonej przestrzeni odzieży ochronnej (fartuch przy sporządzaniu i wydawaniu posiłków, przy wykonywaniu innych czynności, włosy przykryte chustą, siatką, czapką),
4. Do obowiązków zastępu porządkowego należy m.in.:
  - porządkowanie i utrzymanie należytego stanu sanitarnego w miejscach użytkowanych przez cały obóz (np. kąpielisko, namioty sanitarne, toalety, plac apelowy, drogi na terenie zgrupowania),
  - uzupełnianie w razie potrzeby zapasów środków czystości na terenie obozu,
5. Do obowiązków służby wartowniczej należy:
  - sprawdzanie, co nie mniej niż 30 minut, terenu kuchni, stołówki, magazynów,
  - podczas zmiany warty, warta schodząca przekazuje raport z warty, w formie ustnej,
  - poinformowanie wyznaczonego członka kadry w razie naruszania porządku lub ciszy nocnej, chęci wejścia na teren obozu osoby spoza obozu, o zauważeniu czegoś podejrzanego w pobliżu obozu lub gdy zachodzi nagła konieczność zaalarmowania całego obozu (pożar, kradzież itp.),
  - budzenie w ustalonym czasie wskazanej kadry zgrupowania lub podobozu.

## **VI. REGULAMIN SANITARNY OBOZU**

1. Za porządek i czystość na terenie odpowiada komendant obozu, a kadra podobozu odpowiada za pracę zdrowotno-wychowawczą w zakresie porządku, czystości i higieny.
2. Komendant podobozu odpowiada za codzienny przegląd czystości w podobozie oraz bieżące jego utrzymywanie.
3. Za czystość w namiotach odpowiadają ich mieszkańcy, którzy są zobowiązani do codziennego, starannego siania łóżek, trzepania koców, do utrzymywania ładu na półkach i w plecakach.
4. Za stan sanitarny namiotów ratowniczych i kąpieliska odpowiadają ratownicy.
5. Za bieżący stan sanitarny części żywieniowej i magazynowej odpowiada kwatermistrz lub inna osoba zgodnie z zakresem odpowiedzialności ustalonym przez komendanta obozu.
6. Za czystość umywalni i toalet odpowiadają wszyscy uczestnicy obozu, a nadzór sprawuje osoba wyznaczona przez komendanta.
7. Członkowie zastępów służbowych mają obowiązek dbania o higienę w odniesieniu do wymogów służby. Dbają o czystość rąk np. po ukończeniu służby/zmianie rodzaju czynności (np. po rąbaniu drewna a przed obieraniem warzyw).
8. W umywalniach oraz pomieszczeniach kuchennych są umieszczone instrukcje mycia rąk.
9. Należy regularnie wietrzyć namioty.
10. Za czyszczenie i dezynfekcja (np. pojemników na odpadki) odpowiadają pełnoletni członkowie kadry.

## **VII. REGULAMIN KĄPIELI**

Niniejszy Regulamin dotyczy wszelkich kąpeli na basenach i w naturalnych zbiornikach wodnych (rzeki, jeziora, stawy itp.) organizowanych podczas zajęć organizowanych przez jednostki organizacyjne ZHR.

1. Kąpiel odbywa się wyłącznie w wyznaczonym miejscu, w grupach nie większych niż 10 uczestników - pod opieką ratownika.
2. Przed rozpoczęciem kąpeli instruktor powinien stwierdzić, czy u żadnego z uczestników mających wziąć udział w kąpeli nie występują przeciwwskazania zdrowotne.
3. Przed rozpoczęciem kąpeli należy ustalić sygnał jej rozpoczęcia i zakończenia oraz sygnał alarmowy.
4. Kąpiel rozpoczyna się i kończy zgodnie z uprzednio ustalonym sygnałem podanym przez instruktora prowadzącego kąpiel.
5. Grupa biorąca udział w kąpeli odlicza obecność przed wejściem i po wyjściu z wody.
6. Osoby pozostające na brzegu cały czas powinny obserwować kąpiących się.
7. Naukę pływania należy organizować w innym czasie niż kąpiel.
8. Kąpiel indywidualna jest zabroniona, z zastrzeżeniem pkt. 9.
9. Pełnoletni uczestnicy posiadający kartę pływacką mogą odbywać kąpiel indywidualną po każdorazowym uzgodnieniu jej z komendantem obozu.
10. W czasie kąpeli nie wolno:
  - a) wypływać poza teren oznakowany,
  - b) skakać do wody,
  - c) wywoływać zbędnych alarmów.

W przypadku korzystania z kąpielisk ogólnodostępnych instruktor nadzorujący kąpiel ma obowiązek zapoznania uczestników kąpeli z regulaminem danego obiektu.

## VIII. REGULAMIN MIEJSCA OKAZJONALNIE WYKORZYSTYWANEGO DO KĄPIELI

1. Informacje ogólne:
  - organizator: Okręg Pomorski ZHR,
  - godziny pracy ratowników: wg planu pracy obozu.
2. Zasady porządkowe
  - wejście na teren kąpiel jest równoznaczne z akceptacją zapisów regulaminu,
  - organizator nie ponosi odpowiedzialności za przedmioty wartościowe i rzeczy osobiste.
3. Zasady higieniczno-sanitarne
  - obowiązuje strój kąpielowy
  - w czasie kąpieli nie należy: spożywać posiłków oraz płynów, używać detergentów,
  - nie należy zanieczyszczać terenu i wody.
4. Zasady bezpieczeństwa
  - teren kąpiel dzieli się na trzy części: brodzika o głębokości do 0,4 m, dla osób nieumiejących pływać o głębokości do 1,20 m oznaczony pływami czerwonymi, dla osób umiejących pływać - powyżej 1,20 m oznaczony pływami koloru żółtego,
  - ustala się następujące oznaczenia kolorów flag: flaga biała - kąpiel dozwolona, flaga czerwona - zakaz kąpieli, brak flagi - brak dyżuru ratowników – w tym czasie Organizator nie ponosi odpowiedzialności za osoby kąpiące się,
  - w trakcie kąpieli grupy obowiązuje zakaz wchodzenia na pomost bez zgody ratownika,
  - w trakcie kąpieli grupy inne osoby obowiązują zasady zawarte w pkt. 5.
5. Zasady dla osób korzystających z kąpieli:
  - należy ściśle stosować się do poleceń ratownika,
  - nie wchodzi się do wody bez zgody ratownika,
  - korzysta się kąpiel w stroju przeznaczonym do kąpieli,
  - nie stosuje się materacy, pontonów i innego sprzętu do transportu na terenie kąpiel,
  - przed przekroczeniem granicy stref dla umiejących i nieumiejących pływać należy zgłosić się do ratownika,
  - rezygnując z kąpieli zawiadamia przed wyjściem z wody ratownika i wychowawcę
  - nie zakłóca się spokoju, nie można popychać i wrzucać innych osób do wody,
  - przed zakończeniem pobytu zbiera się śmieci i czyści teren,
6. Zasady dla grup korzystających
  - na 1 ratownika i 1 wydzielonego wychowawcę przypada grupa maks. 20 osób w wodzie,
  - wychowawca podczas kąpieli nadzoruje cały czas grupę i nie ma prawa opuszczać terenu kąpiel,
7. Osoby naruszające przepisy regulaminu będą usuwane z terenu kąpiel.
8. Telefony alarmowe
  - Numer alarmowy – 112
  - Pogotowie ratunkowe – 999
  - Policja – 997
  - Straż Pożarna – 998