**REGULAMIN PROJEKTU/KAMPANII**

**„Trenuj z wojskiem – sam i w grupie”**

**9 września – 28 października 2023 r.**

Celem kampanii „Trenuj z wojskiem – sam i w grupie” (zwanej dalej kampanią) jest zdobycie podstawowych umiejętności obronnych i wojskowych oraz promocja Wojska Polskiego i służby wojskowej. Głównym sposobem jej realizacji jest organizacja zajęć o charakterze obronnym i okołowojskowym. Koordynatorem projektu jest Ministerstwo Obrony Narodowej. Organizatorem szkoleń – jednostki wojskowe.

**Postanowienia szczegółowe:**

1. Uczestnikiem zajęć prowadzonych w ramach kampanii może być osoba w wieku 15-65 lat (osoba poniżej 18 lat – za pisemną zgodą rodzica/opiekuna – Zał.), posiadająca wyłącznie obywatelstwo polskie i nie będąca obywatelem innego kraju.
2. Uczestnik, składając własnoręcznie podpisane oświadczenie, potwierdza, że nie istnieją żadne przeciwwskazania medyczne do udziału w zajęciach.
3. Uczestnik musi zaakceptować regulamin oraz podpisać oświadczenie o zgodzie na wykorzystanie wizerunku oraz klauzulę informacyjną RODO.
4. Uczestnik może brać udział w zajęciach wyłącznie w stroju odpowiednim do udziału w zajęciach (m. in. długie lub sportowe buty).
5. W zajęciach nie mogą uczestniczyć osoby będące pod wpływem alkoholu lub środków odurzających. Obowiązuje całkowity zakaz wnoszenia alkoholu oraz środków odurzających na teren jednostek wojskowych.
6. Osoba zainteresowana udziałem w zajęciach może kontaktować się z jednostką wojskową z wykorzystaniem wszystkich dostępnych kanałów (telefonicznie, na adres poczty elektronicznej, za pomocą/poprzez komunikatorów internetowych, mediów społecznościowych oraz osobiście).
7. Grupy do udziału może zgłaszać lider/opiekun (lista zbiorcza).
8. Jednostka wojskowa jest zobowiązana do utrzymywania - do zgłoszeń i bieżącego kontaktu - jednego dedykowanego adresu poczty elektronicznej oraz jednego dedykowanego numeru telefonicznego.
9. **Zgłoszenie zawiera imię, nazwisko, wiek, nr tel. i adres poczty elektronicznej.**
10. Zgłoszenia przyjmowane są do godz. 13.00 dnia poprzedzającego szkolenie w jednostce wojskowej. Decyduje kolejność zgłoszeń. Jest możliwość wpisania się na listę rezerwową (bez gwarancji uczestnictwa).
11. Każdy uczestnik zajęć jest objęty ubezpieczeniem - jego koszt pokrywa organizator.
12. Każdy uczestnik otrzymuje racje żywnościowe oraz poczęstunek przewidziane przez organizatora.
13. W trakcie zajęć organizator zapewnia zabezpieczenie medyczne.
14. Zajęcia odbywają się na terenie wybranych jednostek wojskowych w soboty w godzinach **8.00 -16.00**.
15. Uczestnik musi przybyć do jednostki nie później niż 15 minut przed rozpoczęciem zajęć.
16. Podczas weryfikacji uczestnicy muszą posiadać **dokument tożsamości ze zdjęciem**.
17. Zajęcia obejmują takie formy aktywności jak:

- podstawy posługiwania się bronią (strzelanie na trenażerze),

- podstawy survivalu,

- podstawy walki w bliskim kontakcie,

- podstawy taktyki wojskowej,

- rodzaje alarmów,

- zakładanie maski przeciwgazowej,

- rzut granatem ćwiczebnym,

- terenoznawstwo i marsz,

- podstawy pierwszej pomocy.