

## **Regulaminy Ruchu Światło-Życie Archidiecezji Wrocławskiej, stosowane podczas rekolekcji oazowych**

### **REGULAMIN REKOLEKCJI OAZOWYCH**

1. Rekolekcje oazowe są organizowane przez Stowarzyszenie „Diakonia Ruchu Światło-Życie Archidiecezji Wrocławskiej”
2. Na rekolekcjach oazowych dziećmi i młodzieżą opiekują się moderatorzy (kierownicy wypoczynku) i animatorzy (wychowawcy wypoczynku), tworzący diakonię wychowawczą oazy.
3. Wypoczynek jest zgłoszony do Wrocławskiego Kuratorium Oświaty.
4. Moderatorzy oraz animatorzy posiadają odpowiednie przeszkolenia.
5. Uczestnicy znajdują się pod opieką animatorów (wychowawców), oraz stosują się do regulaminów, jak i poleceń moderatora (kierownika) i animatorów. Poza teren ośrodka, którym odbywają się rekolekcje uczestnicy mogą wychodzić wyłącznie pod opieką animatorów, w wyznaczonym przez moderatora oazy czasie.
6. Podział grup i rozlokowanie w pokojach ustala diakonia wychowawcza uwzględniając standardy ochrony małoletnich, wiek uczestników i cel budowania wspólnoty ze wszystkimi.
7. W czasie rekolekcji mogą być organizowane wycieczki autokarowe oraz piesze np. wyjścia w góry czy nad jezioro.
  - a. Zasady zachowania się podczas wycieczek, kąpeli wodnych, wędrówek górskich określają odpowiednie regulaminy, które podane są do wiadomości uczestnikom oazy i ich prawnym opiekunom.
8. Zasady korzystania z pomieszczeń i sprzętów ośrodka, boiska, itp. oraz zasady zachowania się podczas wycieczek określa diakonia wychowawcza i każdy uczestnik rekolekcji ma obowiązek stosowania się do nich:
  - a. uczestnicy są zobowiązani do szanowania wyposażenia ośrodka oraz rzeczy

- należących do współuczestników oraz diakonii wychowawczej,
- b. uczestnicy mają obowiązek poinformowania diakonii wychowawczej o wszelkich zauważonych usterkach czy nieprawidłowościach,
  - c. jeżeli podczas trwania wypoczynku ulegnie zniszczeniu mienie ośrodka, współuczestnika czy diakonii wychowawczej z winy uczestnika, wszelkie koszty związane z naprawą czy zakupem pokrywają opiekunowie prawni uczestnika.
9. Chłopcy zabierają długie spodnie, dziewczęta – dłuższe sukienki lub spódnice, jest to nasz odświętny strój podczas Mszy Świętej.
10. Rekolekcje są czasem wyciszenia, w którym chcemy pogłębić więź z ludźmi i Bogiem, dlatego z telefonów i sprzętu multimedialnego korzystamy jedynie za zgodą diakonii wychowawczej, w czasie do tego wyznaczonym.
- a. na rekolekcjach obowiązuje zasada, że wszelkie urządzenia telekomunikacyjne uczestników są wyłączone, a telefoniczny kontakt z opiekunami prawnymi możliwy jest w czasie wolnym, za zgodą diakonii wychowawczej.
  - b. diakonia wychowawcza ma możliwość przechowywania telefonów i sprzętu multimedialnego uczestników w zabezpieczonym miejscu.
  - c. diakonia wychowawcza może ograniczyć całkowicie używanie telefonów i sprzętu multimedialnego w szczytowych i ważnych momentach rekolekcji, które są zasadnicze dla ich prawidłowego przeżycia, a także gdy uczestnik w nieodpowiednim czasie i formie będzie ich używać.
  - d. podczas rekolekcji Ruchu Światło-Życie diakonia wychowawcza nie udostępnia uczestnikom urządzeń multimedialnych z dostępem do Internetu,
  - e. w razie pilnej potrzeby opiekun prawny może kontaktować się z uczestnikiem dzwoniąc do moderatora lub animatora wypoczynku, gdy telefon dziecka jest wyłączony.
11. Jedną z form wychowania podczas wyjazdu jest podejmowanie przez uczestników dyżurów – porządkowego, liturgicznego, modlitewnego itp. Wyjazd na rekolekcje oznacza zgodę i gotowość uczestnika do zaangażowania się w nie wraz z grupą.
12. Troska o zdrowie i bezpieczeństwo uczestników podczas trwania rekolekcji spoczywa na diakonii wychowawczej.

a. podpisując kartę uczestnictwa, opiekunowie prawni zgadzają się na leczenie szpitalne, zabiegi diagnostyczne i operacje w przypadku zagrożenia życia i zdrowia dziecka,

b. o podjęciu każdego z tych działań opiekunowie prawni zostają powiadomieni telefonicznie,

c. opiekunowie prawni wyrażają również zgodę na przewożenie, w razie potrzeby, dziecka do lekarza prywatnym samochodem,

d. uczestnicy mają obowiązek informować animatorów o złym samopoczuciu i wszelkich problemach zdrowotnych,

f. w razie potrzeby podania leków, przeprowadzona zostanie konsultacja z lekarzem lub opiekunem prawnym,

13. Podczas trwania rekolekcji obowiązuje żywienie zbiorowe.

a. organizator nie przewiduje specjalnie dostosowanej diety do potrzeb uczestnika, chyba, że kierują tym przesłanki zdrowotne np. uczulenia, nietolerancja pewnych składników żywnościowych. W takim wypadku informacja o potrzebie dostosowania diety do potrzeb uczestnika musi być podana już przy zapisie na oazę,

b. przy specjalnej diecie opiekunowie prawni powinni zatroszczyć się o odpowiednie składniki żywnościowe lub po konsultacji z moderatorem wypoczynku ustalić formę żywienia oraz jej dodatkowe finansowanie.

14. Rekolekcje trwają odpowiednią ilość dni określoną przy zapisach.

a. ze względu na charakter i program oazy nie przewiduje się późniejszego przyjazdu czy wcześniejszego odjazdu,

b. przyjeżdżając na oazę, decydujemy się uczestniczyć w całym programie rekolekcji.

c. w przypadku, gdy uczestnik opuszcza rekolekcje we wcześniejszym terminie, niż przewiduje turnus określony przez organizatora, moderator wraz z animatorem sporządzają odpowiednią notatkę z tego wydarzenia oraz po konsultacji z rodzicami lub opiekunem prawnym podejmują decyzję o sposobie i czasie odbioru dziecka z rekolekcji osobiście przez opiekuna prawnego.

15. Ze względu na program i charakter rekolekcji, organizator nie przewiduje odwiedzin.

16. Podczas oazy obowiązuje całkowity zakaz palenia papierosów, w tym także e-papierosów, spożywania alkoholu, napojów energetycznych, zażywania narkotyków i innych substancji psychoaktywnych. Zakaz dotyczy wszystkich przebywających na rekolekcjach, a więc także diakonię wychowawczą.
17. Wydalenie uczestnika z rekolekcji odbywa się:
  - a. w przypadku nagminnego łamania przez niego regulaminu, po wcześniejszych upomnieniach i informacjach skierowanych do uczestnika oraz jego opiekunów prawnych,
  - b. zarówno w przypadku wydalenia z rekolekcji, jak i w razie konieczności wcześniejszego wyjazdu, opiekunowie prawni mają obowiązek odebrać dziecko z rekolekcji osobiście, podpisując stosowne oświadczenie.
18. W przypadku rezygnacji z rekolekcji przed rozpoczęciem wypoczynku, organizator ma prawo do zachowania zaliczki za rekolekcje, na pokrycie poniesionych kosztów organizacji rekolekcji. Jeśli rezygnacja nastąpi w dzień rozpoczęcia rekolekcji lub w późniejszym terminie lub uczestnik zostanie z rekolekcji wydany, wpłata za rekolekcje nie jest zwracana.
19. Uczestnicy pełnoletni posiadają te same prawa i obowiązki co uczestnicy niepełnoletni, stosują się do tych samych zasad i przestrzegają regulaminu.
20. Opiekun prawny i uczestnik wyrażają zgodę na umieszczanie zdjęć i filmów zawierających wizerunek uczestnika rekolekcji zarejestrowany podczas oazy w mediach: internecie, prasie, telewizji. Wizerunek będzie wykorzystany tylko i wyłącznie w celu promocji Ruchu Światło-Życie.

#### **REGULAMIN TRANSPORTU**

1. Osoby z chorobą lokomocyjną zobowiązane są do poinformowania animatora o problemach występujących podczas korzystania z danego typu transportu.
2. Osoby z chorobą lokomocyjną na pół godziny przed skorzystaniem ze środka transportu powinny zażyć odpowiedni środek, np. Aviomarin, o czym wcześniej należy poinformować animatora. W przypadku podróży autokarem osoby z chorobą lokomocyjną siadają z przodu.

3. Z autokaru uczestnicy wysiadają pojedynczo, najpierw osoby znajdujące się bliżej wyjścia, potem siedzący dalej. Po wyjściu należy odsunąć się od drzwi, aby nie utrudniać wysiadania innym. Należy przy tym zachować wzmożoną ostrożność.
4. Podczas wsiadania do autokaru zajmuje się miejsca od końca.
5. W razie konieczności skorzystania z toalety należy niezwłocznie powiadomić o tym animatora.
6. Podczas podróży uczestnicy bezwzględnie podporządkowują się wszelkim poleceniom animatorów.

### **REGULAMIN WYCIECZKI GÓRSKIEJ**

1. W czasie trwania wycieczki wszyscy uczestnicy podporządkują się rozkazom i poleceniom przewodnika, moderatora i animatorów
2. Grupa porusza się według ustalonego porządku:
  - a. przewodnik idzie pierwszy, nikt nie może go wyprzedzać, on dyktuje tempo marszu,
  - b. uczestnicy idą „gęsiego” w odstępach 1,5 do 2 metrów lub gdy teren na to pozwala, parami lub w luźnym szyku po kilka osób obok siebie,
  - c. na końcu grupy idzie animator,
  - d. grupa nie powinna rozciągać się na długiej przestrzeni.
3. Na trasie w czasie marszu przewiduje się odpoczynki. Odpoczynek powinien być połączony z posiłkiem.
4. W przypadku zbliżającej się burzy grupa jak najszybciej schodzi ze szczytów, unika przebywania w okolicach metalowych przedmiotów i cieków wodnych, a w przypadku, gdy nie zdąży się schronić przed burzą należy usiąść na plecaku ze stopami złączonymi razem. Należy pamiętać, że w przypadku deszczu czy mokrych skał, śniegu czy oblodzenia trudności na szlakach mogą znacznie wzrosnąć.
5. Aby uniknąć udaru słonecznego, należy także zabezpieczyć odśłonięte części ciała kremem z filtrem UV oraz założyć nakrycie głowy.
6. Trasa i czas każdej wycieczki jest odpowiednio wcześniej zaplanowana.

7. Uczestnik jest zobowiązany do wykonywania wszelkich czynności zgodnie z wytycznymi animatora, moderatora, przewodnika

#### **REGULAMIN PORUSZANIA SIĘ PO DROGACH:**

1. W czasie wycieczki jej uczestnicy podporządkowują się zaleceniom prowadzącego wyznaczonego przez moderatora.
2. Uczestnicy idą zwartą grupą w szyku uzgodnionym przez prowadzącego, maksymalnie czwórkami, na czele grupy zawsze idzie prowadzący wycieczkę, następnie najstarsi i najmłodsi uczestnicy, którzy nadają tempo marszu, kolumnę zamykają najstarsi uczestnicy wraz z animatorem.
3. Kolumna porusza się prawym poboczem drogi lub szosy (jak najbliżej krawędzi) zajmując nie więcej niż połowę szerokości drogi. W czasie marszu należy zwracać uwagę na poruszające się po drodze lub szosie pojazdy. W przypadku, gdy nie ma chodnika lub miejsca przeznaczonego dla pieszych, grupa maszerując małymi grupkami lub pojedynczo idzie lewą stroną drogi jeden za drugim lub, jeżeli ruch na drodze jest niewielki – parami.
4. W miastach należy poruszać się zwartą grupą po chodnikach lub miejscach przeznaczonych dla pieszych. Jeźnię przekracza się w miejscach wyznaczonych (pasy) lub zgodnie z przepisami.
5. Nie wolno zatrzymywać się w miejscach, gdzie utrudniona jest widoczność tzn. na zakrętach, za i przed wzniesieniem, lub w innym obszarze uniemożliwiającym bezpieczne uczestnictwo w ruchu drogowym.
6. W kolumnie prowadzonej przy złej widoczności (nocą, w deszcz lub śnieżycę) pierwszy i ostatni maszerujący od osi jezdni muszą mieć zapalone latarki:
  - a. pierwszy – ze światłem białym skierowanym do przodu,
  - b. ostatni – ze światłem czerwonym skierowanym do tyłu.
7. Jeżeli kolumna przekracza 20 metrów długości - maszerujący po lewej stronie są obowiązani nieść latarnie białe rozmieszczone co 10 m widoczne z odległości 150 m.
8. Nie wolno odłączać się od grupy maszerującej bez zgody prowadzącego.
9. Podczas wycieczki 1 opiekun przypada na:

- a. 10 uczestników przy turystyce kwalifikowanej (np. górską),
- b. 15 uczestników przy innych formach.

10. Uczestnik jest zobowiązany do wykonywania wszelkich czynności zgodnie z wytycznymi prowadzącego grupy, animatora, moderatora

### **REGULAMIN OCHRONY PRZECIWPÓŻAROWEJ:**

#### **Wskazania zapobiegawcze:**

1. Za stan bezpieczeństwa pożarowego obiektu odpowiedzialny jest właściciel obiektu.
2. Za przestrzeganie zasad bezpieczeństwa odpowiedzialni są wszyscy przebywający na oazie.
3. Każdy uczestnik powinien znać przyczyny powstawania pożarów, zasady zapobiegania im oraz sposoby zachowania się w przypadku pożaru. Każdy uczestnik, jeżeli zauważy pożar lub przyczynę mogącą spowodować jego powstanie, powinien natychmiast zawiadomić o tym animatora lub moderatora.
4. Moderator zobowiązany jest do ustalenia sygnałów i sieci alarmowej, sposobu zawiadamiania Straży Pożarnej oraz drogi i sposobu ewakuacji w wypadku zaistnienia pożaru. Powyższe należy podać do wiadomości wszystkich uczestników.
5. W wypadku powstania pożaru należy zachować spokój i natychmiast przystąpić do ewakuacji uczestników, gaszenia pożaru za pomocą posiadanego sprzętu oraz bezzwłocznie zawiadomić Straż Pożarną.
6. Po przybyciu Straży Pożarnej na miejsce należy podporządkować się rozkazom prowadzącego akcję i ściśle z nim współpracować.

### **REGULAMIN KĄPIELI WODNYCH:**

1. Kąpiel odbywa się tylko w miejscu uprzednio zbadanym i ściśle oznaczonym.
2. Kąpiel odbywa się tylko pod kontrolą ratownika lub innej osoby posiadającej odpowiednie uprawnienia i w obecności innych wyznaczonych przez moderatora osób (animatorów).
3. Kąpiel może odbywać się wyłącznie w zorganizowanych grupach nie przekraczających 10 osób. Przed wejściem do wody i wyjściem z niej opiekun grupy odlicza obecnych.

4. Wyznaczona grupa może wchodzić do wody i wychodzi z niej tylko na sygnał podany przez osobę kierującą kąpielą.
5. Uczestnikom nie wolno wchodzić do wody bez wiedzy i zgody animatora. Kąpiel indywidualna jest surowo zabroniona.
6. Na sygnał wyjścia z wody i na sygnał alarmu (kilka donośnych krótkich gwizdków) należy natychmiast wyjść z wody i udać się na brzeg w wyznaczone wcześniej miejsce zbiórki.
7. W przypadku złego samopoczucia, bólu lub zawrotu głowy, a także innych dolegliwości uczestnik zobowiązany jest natychmiast wyjść z wody i powiadomić o tym kierującego kąpielą.
8. W przypadku zauważenia tonięcia należy natychmiast zaalarmować ratownika lub osobę kierującą kąpielą. W miarę możliwości należy udzielić pomocy potrzebującemu.
9. Na głębi bezpośredniej pomocy tonącemu mogą udzielać tylko wykwalifikowani ratownicy, natomiast inni mogą udzielać pomocy wyłącznie z brzegu.
10. Nie wolno niszczyć urządzeń i sprzętu kąpieliska oraz zaśmiecać wody i terenu.
11. Należy pamiętać o zachowaniu pełnego bezpieczeństwa podczas kąpieli. Unikać lekkomyślnych żartów, potrażeń, wrzucania do wody. Zabronione jest wyptywanie poza teren oznakowany, skakanie do wody oraz wywoływanie zagrożenia w inny sposób.
12. Przed rozpoczęciem kąpieli jej uczestnicy muszą być zaznajomieni z obowiązującymi sygnałami dźwiękowymi.
13. Uczestnik jest zobowiązany do wykonywania wszelkich czynności zgodnie z wytycznymi kierującego kąpielą oraz animatorów.