

Zasady uczestnictwa w programie Kobiety Aktywne

OW PG Czarlina, 10-12 października 2025 r.

1. Uczestnictwo

- Udział w wyjeździe oznacza akceptację poniższych zasad.
- Celem programu Kobiety Aktywne jest odpoczynek, wyciszenie, kontakt z samą sobą, innymi kobietami i naturą. Aby ułatwić ten proces, zachęcamy do ograniczenia korzystania z telefonów, laptopów i innych urządzeń elektronicznych. Mniej bodźców = więcej spokoju.
- Podczas wyjazdu przewidziane są warsztaty rozwoju osobistego oraz zajęcia rekreacyjno-sportowe (szczegółowy program w załączniku).
- Wyjazd skierowany jest do pracownic administracji i obsługi Politechniki Gdańskiej, które nie brały udziału w pierwszej edycji programu.
- Koszt noclegu wynosi 75 zł – prosimy o dokonanie wpłaty najpóźniej na 2 dni przed wyjazdem.
- Zapraszamy do aktywnego udziału we wszystkich zajęciach i wspólnego tworzenia atmosfery zaangażowania i wsparcia.
- Dla pełnego doświadczenia prosimy, by nie łączyć wyjazdu z innymi obowiązkami rodzinnymi czy zawodowymi w tym samym czasie.
- Jeśli występują jakiegokolwiek kwestie zdrowotne, które mogą mieć znaczenie podczas wyjazdu, prosimy o wcześniejszą informację. Każda uczestniczka dba o swoje zdrowie fizyczne i psychiczne według własnych potrzeb i możliwości.
- Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do przerywania udziału w wyjeździe w sytuacjach, gdy zasady programu nie będą przestrzegane.

2. Przygotowanie do wyjazdu

- Warto zabrać wygodne ubrania i obuwie – zarówno do ćwiczeń, jak i do spacerów na świeżym powietrzu.
- Śniadania i kolacje przygotowujemy wspólnie, korzystając ze wspólnych produktów przyniesionych przez uczestniczki. W piątek planujemy grill lub ognisko.
- W sobotę jemy wspólny obiad w restauracji (koszt 40–50 zł, płatny indywidualnie).

3. Dojazd

- Dojazd do ośrodka odbywa się we własnym zakresie i na własną odpowiedzialność.

Potwierdzam zapoznanie się zasadami oraz akceptuję warunki uczestnictwa:

Imię i nazwisko: _____

Data: _____

Podpis: _____