

Warunki uczestnictwa

Nazwa formy HALiZ	Zimowisko Szczepu 132-gich DHiZ „UnB” Wapienica 2026	Typ formy HALiZ	Zimowisko
Dane organizatora	Chorągiew Stołeczna Hufiec ZHP Zielonka, ul. Literacka 20, 05-220 Zielonka, Szczep 132-gich DHiZ “Unia Bieszczadzka”		
Adres formy Harcerskiej Akcji Letniej i Zimowej	Zimowisko Szczepu 132 DHiZ “UnB” Ośrodek Obozowy im. Stanisława Szymańskiego w Wapienicy, ul. Dębowiec 17, 43-382 Bielsko-Biała		
Czas trwania	18-24.01.2026		
Data i godzina wyjazdu	18.01.2026 (niedziela) Godz. poranne	Miejsce wyjazdu	Warszawa
Data i godzina powrotu	24.01.2026 (sobota) Godz. popołudniowe	Miejsce powrotu	Warszawa
Kontakt do kierownika formy Harcerskiej Akcji Letniej i Zimowej	phm. Weronika Borczuch Komendantka Szczepu 132 DHiZ “UnB” weronika.borczuch@zhp.net.pl tel. 696 566 097		
Kontakt z kadrą podczas formy	Drużynowa 132 GZ “PDN” - p.wd. Maria Tryniszewska - tel. 690088588 Drużynowa 132 GZ “BRB” - phm. Karolina Lewińska - tel. 883989084 Drużynowa 132 MDH “WBH” - phm. Jadwiga Bilińska - tel. 785394302 Drużynowy 132 MDH “SSZW” - phm. Jaromir Jabłoński - tel. 504408274		
Uczestnicy są objęcie ubezpieczeniem NNW	Umowa zbiorowa bezimienna ERGO HESTIA 436000414107		

Warunki socjalne podczas formy Harcerskiej Akcji Letniej i Zimowej

Transport na miejsce wypoczynku i z powrotem do Warszawy jest zapewniony przez organizatora kolejną i komunikacją autobusową. Do Warszawy i z Warszawy transport zapewniają rodzice. Uczestnicy będą zakwaterowani w pokojach wieloosobowych (2-8 os.) w ośrodku wypoczynkowym, wyposażonych w łóżka, koce, szafy i półki. Bieliznę pościelową zapewnia ośrodek. Na miejscu korzystamy z łazienek umiejscowionych na korytarzach lub w pokojach (zależnie od pokoju), wyposażonych w prysznice i umywalki ze stałym dostępem do ciepłej wody. Uczestnikom będzie zapewnione wyżywienie. Ośrodek zapewnia zastawę kuchenną w tym talerze, sztućce i szklanki podczas posiłków. Uczestnicy w trakcie pobytu mają zapewniony atrakcyjny program organizowany przez drużyny na miejscu oraz w postaci krótszych i dłuższych wyjść (gry terenowe, wędrownka, wycieczka). W trakcie pobytu uczestnicy są stale pod opieką wykwalifikowanej kadry wychowawczej (instruktorzy ZHP, wychowawcy i drużynowi, komendant-kierownik wypoczynku).

Koszt zimowiska, terminarz wpłat

Całkowity koszt pobytu uczestnika w wypoczynku wynosi: 1250 zł.

Odpłatności należy dokonać **po potwierdzeniu kwalifikacji** w ratach:

I rata - 12 grudnia 2025 - 650 PLN	II rata - 5 stycznia 2026 - 600 PLN
---	--

Całkowity koszt pobytu członka kadry programowej w wypoczynku wynosi: 650 zł.

Wpłaty można dokonywać wyłącznie na konto **Hufca ZHP Zielonka**, nr rachunku bankowego **05 1140 1010 0000 3557 1600 1026**, tytuł wpłaty: **DSCZ zimowisko 132**, Imię i nazwisko uczestnika, drużyna

Świadczenia, jakie w ramach odpłatności zapewnia organizator:

- Zakwaterowanie,
- Wyżywienie zgodne z zasadami żywienia dzieci i młodzieży: śniadanie, obiad, podwieczorek, kolacja,
- Opieka kadry opiekuńczej (w tym wychowawców);
- Koszty przejazdu tam i z powrotem,
- Ubezpieczenie od NNW,
- Atrakcyjny program zgodny z Harcerskim Systemem Wychowawczym,

Wykaz niezbędnego wyposażenia uczestnika

OGÓLNE:

- Duży plecak turystyczny do zapakowania reszty ekwipunku (NIE torba - uczestnicy będą szli z tymi plecakami),
- Mały plecak - do pakowania rzeczy np. na całodzienną wędrówkę. Plecak na oba ramiona, NIE na jedno ramię ani NIE torba.
- Pełne umundurowanie - w razie braku: Czarny T-shirt + T-shirt drużyny oraz ciemne spodnie.
- Dokumenty: aktualna legitymacja lub zaświadczenie o spełnianiu obowiązkowego rocznego przygotowania przedszkolnego (wzór MEN-I/53/2) (w przypadku nieposiadania przez dziecko aktualnej legitymacji ewentualne koszty kary ponoszą rodzice/opiekunowie prawni) + INFORMACJE O PRZYJMOWANYCH LEKACH dla kadry,
- Pieniądze - kieszonkowe na zimowisko - na okazjonalny zakup np. dodatkowego picia na trasie czy czekolady. Nie za dużo.
- Butelka wielorazowego użytku i termos na ciepłe napoje

ODZIEŻ:

- Strój polowy - tj. komplet spodnie + bluza kamuflaż lub po prostu ubranie, którego nie szkoda będzie zniszczyć w ciemnych kolorach przykrywające szczelnie całość kończyn. Uwaga! Lepsze od dżinsów będą dresy - są wygodniejsze.
- Kurtka PRZECIWDESZCZOWA - Powinna być na tyle szeroka, żeby zmieściło się pod nią kilka warstw odzieży, w tym polar. Musi mieć również kaptur. Warto zwrócić uwagę, żeby i kaptur, i rękawy w nadgarstkach miały elastyczne ściągacze.
- Odpowiednią ilość bielizny z odpowiednim zapasem (skarpetki pełne, typu „stópki” NIE są odpowiednie na zimowisko), przyda się również kilka par grubszych skarpet. Najlepszym materiałem jest wełna/bawełna, zarówno, jeśli chodzi o skarpety, jak i o bieliznę.
- Polar lub ciepłą bluzę - Dlaczego polar, a nie sweter? Jest lżejszy, cieplejszy, nie chłonie tak wody i szybciej wysycha,
- T-shirty, lekkie koszulki,
- Nakrycie głowy, czapka - zakrywająca uszy,
- Odzież do spania - najlepiej sprawdzą się ciepłe dresy.

OBUWIE:

- wygodne buty turystyczne za kostkę - najlepiej buty trekkingowe, w razie braku najlepsze będą trampy,
- wygodne lekkie buty na zmianę
- przybory do czyszczenia obuwia! Gąbka lub szczotka + pasta lub impregnat
- japonki lub klapki pod prysznic.

PRZYBORY KUCHENNE:

- kubek (najlepiej z tworzywa odpornego na stłuczenie)

PRZYBORY NA ZAJĘCIA:

- notatnik; długopisy; śpiewnik; zegarek; kompas; latarka wraz z bateriami zapasowymi lub ładowarką

PRZYBORY TOALETOWE:

- mydło, szampon; szczoteczka i pasta do zębów; krem z filtrem; talk do stóp lub zasyпка dla niemowląt; grzebień/szczotka, ręcznik, niezbędne środki sanitarne i kosmetyki; obcinaczka lub pilnik do paznokci; krem/pomadka do ust; dezodorant;

INNE: igła + nici; podręczna apteczka (plaster, bandaż itp.); zapasowe sznurowadła

LEKARSTWA, jeżeli dotyczy:

Stale przyjmowane lekarstwa - powinny być przekazane wychowawcy wraz z harmonogramem ich dawkowania. W przypadku gdy dziecko ma pozwolenie rodzica na samodzielne przyjmowanie leków, mogą one zostać przekazane przez wychowawcę uczestnikowi wypoczynku.

DODATKOWO:

- Telefon komórkowy * UWAGA! Jeśli dziecko posiada telefon komórkowy, to i tak przez większość czasu będzie on wyłączony, dlatego nie zaleca się ich zabierać - będą wyznaczone godziny, w których będzie możliwość kontaktu telefonicznego. Wychowawcy oraz organizator wypoczynku nie ponosi odpowiedzialności za sprzęt wzięty przez dziecko.

Posiłki

Liczba posiłków w ciągu dnia	4 posiłki: śniadanie, obiad, podwieczerek, kolacja
Sposób przygotowania	- Organizacja żywienia jest dostosowana do istniejących warunków higieniczno-sanitarnych. - Kuchnia i stołówka pracują wyłącznie na potrzeby uczestników i kadry formy wypoczynku. - Na stołówce są wyznaczone miejsca dla zastępów/drużyn. Spożywanie posiłków jest rozdzielone na tury, w systemie wymieniających się zmian. Często dotykane powierzchnie, w tym powierzchnie wspólne są regularnie czyszczone za pomocą zwykłego detergentu po każdej turze.
Rodzaj posiłków	(śniadanie, obiad, kolacja) - Śniadania i kolacje - pieczywo mieszane (pszenne, żytnie lub mieszane). - Urozmaicone składniki - wędliny, sery, mięso, ryby, jajka, dżemy itp. - Witaminy - owoce i warzywa. - Do picia - herbata, kakao, kawa zbożowa, jogurty itp. - W każdym z posiłków znajdują się warzywa surowe lub gotowane. - Urozmaicony jadłospis (możliwość dostosowania diety po wcześniejszym poinformowaniu) - Podwieczerek (np. owoc, drożdżówka)

Warunki rezygnacji z uczestnictwa

Uczestnik, który z ważnych przyczyn nie może wziąć udziału w formie HALiZ, jest uprawniony do częściowego zwrotu wniesionej odpłatności. Z wniesionej odpłatności organizator formy HALiZ potrąca poniesione już koszty, np. koszt wykupionych przejazdów uczestnika, zakwaterowania, zakupionych materiałów programowo-organizacyjnych, ubezpieczenia, zakupionego wyżywienia itp.

W przypadku rezygnacji z wypoczynku podczas jego trwania możliwy jest zwrot kosztów w wysokości dziennej stawki żywieniowej pomnożonej przez liczbę dni, w których dziecko nie bierze udziału.

Zwrot jest dokonywany na podstawie wniosku o zwrot niewykorzystanej odpłatności, skierowanego do Organizatora ze wskazaniem rachunku bankowego, na który ma być dokonany przelew. Jeśli odpłatność za udział w HALiZ została w całości lub części wniesiona przez pracodawcę rodzica/opiekuna uczestnika, zwrotu dokonuje się w pierwszej kolejności na rachunek pracodawcy, do wysokości jego wpłaty, zaś ew. pozostałą część zwrotu przekazuje się na rachunek wskazany we wniosku.

Sytuacje nadzwyczajne

1. ZHP oraz uczestnik nie są odpowiedzialni za naruszenie obowiązków będących konsekwencją zakwalifikowania danej osoby jako uczestnika wypoczynku organizowanego przez ZHP na podstawie przepisów oświatowych w sytuacji, w której taki stan rzeczy spowodowany jest działaniem siły wyższej.
2. Przez siłę wyższą rozumie się zdarzenia zewnętrzne, niezależne od ZHP oraz uczestnika, a także niemożliwe do przewidzenia, takie jak w szczególności: wojna, pożar, epidemia, powódź, blokady komunikacyjne, kataklizmy społeczne, itp., które zasadniczo utrudniają lub uniemożliwiają zrealizowanie celu obejmującego wypoczynek organizowany przez ZHP dla uczestnika, a których nie można było przewidzieć ani im zapobiec lub przewyciężyć poprzez działanie z zachowaniem należytej staranności.
3. ile więc okoliczność rozumiana jako siła wyższa wystąpi, a dodatkowo ta okoliczność będzie zasadniczo utrudniać (lub uniemożliwiać) zrealizowanie celu obejmującego wypoczynek organizowany przez ZHP dla uczestnika, istnieje obowiązek poinformowania o tym drugiej strony na piśmie. W takim wypadku:
 - a. O ile działanie siły wyższej będzie zasadniczo utrudniać zrealizowanie celu obejmującego wypoczynek organizowany przez ZHP dla uczestnika, to wówczas strony uzgodnią wspólnie działania, jakie mogą być podjęte w celu usunięcia skutków działania siły wyższej, celem umożliwienia zorganizowania wypoczynku przez ZHP dla uczestnika;
 - b. O ile działanie siły wyższej uniemożliwi zrealizowanie celu obejmującego wypoczynek organizowany przez ZHP dla uczestnika, to w takim przypadku stosunek prawny łączący ZHP oraz uczestnika wygasa.
4. W przypadku, o którym mowa w pkt 3 lit. b, uczestnikowi nie przysługują względem ZHP jakiegokolwiek roszczenia odszkodowawcze będące skutkiem tego, że dany wypoczynek nie doszedł do skutku. W takim przypadku uczestnik, w związku z wcześniej dokonaną na rzecz ZHP wpłatą, może domagać się zwrotu kwoty faktycznie przez niego wpłaconej, przy czym kwota ta będzie pomniejszona o rzeczywiste koszty poniesione przez ZHP na poczet wypoczynku organizowanego dla uczestnika.
5. Uczestnik jednocześnie przyjmuje do wiadomości i akceptuje, że na dzień wygaśnięcia stosunku prawnego łączącego ZHP z uczestnikiem, w związku z wystąpieniem siły wyższej, może zaistnieć sytuacja, w której cała dokonana przez uczestnika wpłata została już wydatkowana na poczet organizowanego dla niego wypoczynku, a także sytuacja, w której ZHP wydatkował na poczet wypoczynku organizowanego dla uczestnika kwotę wyższą, niż przez niego wpłacona, a to z uwagi na zaległości uczestnika we wpłatach. W tym ostatnim przypadku, mimo wygaśnięcia stosunku prawnego łączącego ZHP z uczestnikiem, w związku z działaniem siły wyższej, obowiązkiem uczestnika jest uzupełnienie tych wpłat.
6. Uczestnik zwolniony jest z obowiązku płatności kwot, których wymagalność przypada po dniu wygaśnięcia stosunku prawnego łączącego ZHP z uczestnikiem, w związku z wystąpieniem siły wyższej.

7. W sytuacji, w której ZHP oraz uczestnik nie będą w stanie uzgodnić działań, o których mowa w pkt 3 lit. a, to także wówczas stosunek prawny łączący ZHP oraz uczestnika wygasa i zastosowanie znajdują pkt 4-6 powyżej.

Dodatkowe informacje

1. Podczas Zimowiska Szczepu 132-gich DHiZ „UnB” Wapienica 2026 uczestnicy mogą być zabierani z terenu placówki wyłącznie przez swych rodziców/opiekunów prawnych. Jeśli życzą sobie Państwo, by Państwa dziecko mogło być odebrane przez inne osoby (np. członków dalszej rodziny), niezbędne będzie złożenie takiej deklaracji w formie pisemnej w obecności przedstawiciela organizatora formy HALiZ.
2. Informujemy, że w nagłych wypadkach będziemy podejmowali próby skontaktowania się z Państwem dostępnymi nam sposobami w oparciu o dane podane przez Państwa w karcie kwalifikacyjnej wraz z dodatkiem. Jeśli nie uda nam się nawiązać kontaktu, a sytuacja będzie tego wymagała, będziemy podejmowali wszelkie działania zmierzające do ochrony zdrowia i życia Państwa dziecka.
3. W momencie wyjazdu na zimowisko dziecko musi być całkowicie zdrowe, nie może przyjmować antybiotyków. Nie może mieć objawów choroby infekcyjnej.
4. Uczestnik wyjazdu zobowiązany jest do przestrzegania wszelkich harcerskich praw i zwyczajów, stosowania się do poleceń kadry oraz przestrzegania przedstawionych mu regulaminów.
5. Przez cały czas trwania zimowiska kontakt z dziećmi zapewniony jest wyłącznie przez telefony komórkowe kadry drużyny uczestnika w wyznaczonych godzinach. Prosimy o niezabieranie telefonów komórkowych przez dzieci.
6. Rodzice lub opiekunowie prawni są odpowiedzialni materialnie za szkody wyrządzone przez dziecko na terenie placówki lub podczas wyjść.
7. Za naruszanie regulaminu zimowiska, a w szczególności za podejmowanie działań mogących zagrażać zdrowiu lub życiu własnemu lub innych uczestnik może zostać usunięty z placówki. Usunięcie z placówki odbywa się na koszt rodziców uczestnika poprzez przyjazd jego opiekunów w terminie do 24 godzin od podjęcia decyzji o usunięciu. W takim przypadku nie przysługują prawa roszczenia finansów za niewykorzystane świadczenia.
8. Kadra nie ponosi odpowiedzialności za wartościowe przedmioty zabrane przez harcerzy i zuchy na zimowisko.
9. Chęć otrzymania faktury za zimowisko należy zgłosić kadrze jednostki najpóźniej w dzień powrotu dzieci z placówki tj. 24.01.2026 r. Po tym terminie i po rozliczeniu zimowiska nie będziemy już mieli możliwości wystawienia faktury.
10. Na wyjazd ubieramy się w wygodne ubrania np. mundur polowy. W czasie transportu zuchy i harcerze mają na sobie chustę harcerską.

Komenda Hufca ZHP Zielonka Chorągwi Stołecznej ZHP w Warszawie jako administrator danych oświadcza, że dane osobowe dziecka zawarte w karcie kwalifikacyjnej oraz w uwagach lekarza będzie wykorzystywać i przetwarzać (zbierać, przechowywać, utrzymywać i usuwać) tylko w celu wykonania zadań statutowych ZHP przy zachowaniu postanowień ustawy dotyczących gwarancji ochrony przetwarzania tych danych.

Regulaminy obowiązujące podczas formy HALiZ

I. REGULAMIN UCZESTNIKA

1. Uczestnik zimowiska ma prawo:

- korzystania ze wszystkich urządzeń znajdujących się na terenie zgrupowania,
- zgłaszania kadrze uwag o programie oraz organizacji zajęć, które będą w miarę możliwości uwzględniane,
- do udziału w zajęciach programowych organizowanych dla danej grupy wiekowej.

2. Każdy uczestnik zimowiska ma obowiązek:

- bezwzględnego podporządkowania się obowiązującym podczas zimowiska regulaminom
- podporządkowania się instruktorom i wychowawcom,
- przestrzegania ustalonego rozkładu dnia, brania udziału w zajęciach, wyznaczonych służbach, życiu swojego zimowiska,
- szanowania i zabezpieczenia przed uszkodzeniem lub zniszczeniem sprzętu obozowego i osobistego (Komenda zimowiska nie bierze odpowiedzialności za uszkodzenia lub zniszczenie sprzętu elektronicznego należącego do uczestnika),
- utrzymania czystości i porządku na terenie miejsca zakwaterowania oraz w obiektach ogólnodostępnych (łazienkach, korytarzach, stołówce itp.),
- kulturalnego zachowania się w stosunku do wszystkich osób, zgodnego z Prawem i Przysięgą Harcerską.
- dostosować się do zasad bezpieczeństwa sanitarnego

3. Uczestnikom obozów zabrania się:

- posiadania i palenia wyrobów tytoniowych, w tym palenia nowatorskich wyrobów tytoniowych i palenia papierosów elektronicznych,
- posiadania i picia napojów alkoholowych,
- posiadania i picia napojów energetycznych,
- posiadania i brania środków odurzających i snusów,
- posiadania materiałów pirotechnicznych, replik broni i innych przedmiotów zagrażających bezpieczeństwu uczestników,
- samowolnego oddalania się z terenu zimowiska oraz od zespołu,
- samowolnego zbliżania się do zbiorników i cieków wodnych, samowolnej kąpieli w nich, kąpieli poza wyznaczonym kąpieliskiem bez nadzoru opiekuna z uprawnieniami wychowawcy lub instruktora,

4. Ustala się następujące kary za nieprzestrzeganie regulaminu:

- upomnienie uczestnika w obecności grupy,
- nagana z ostrzeżeniem,
- usunięcie z zimowiska.

Naruszenie przez uczestnika regulaminu dotyczącego bezpieczeństwa - w szczególności zasad zbliżania się do wody, samowolnego oddalenia się od grupy, niepoinformowanie kadry o oddaleniu się może skutkować usunięciem z zimowiska.

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

- pochwała uczestnika w obecności grupy
- pochwała w rozkazie dziennym
- pochwała w rozkazie zamykającym zimowisko

II. REGULAMIN PORUSZANIA SIĘ PO DROGACH I WYCIECZEK

1. W czasie wycieczki jej uczestnicy podporządkowują się rozkazom i zaleceniom prowadzącego - wyznaczonego przez komendanta zimowiska.
2. Uczestnicy idą zwartą grupą w szyku podanym przez prowadzącego, maksymalnie czwórkami, na przedzie grupy zawsze idzie prowadzący wycieczkę, następnie najmłodszy uczestnicy, którzy nadają tempo marszu pozostałym, kolumnę zamykają najstarsi uczestnicy wycieczki i jeden z instruktorów/wychowawców!
3. Kolumna porusza się według następujących zasad:
4. Zorganizowana grupa pieszych prowadzona przez kierownika.
5. Należy pamiętać, że kolumna pieszych składająca się z dzieci powyżej 10 roku życia porusza się prawą stroną jezdni. Liczba osób idących w kolumnie obok siebie nie może przekroczyć czterech osób (pod warunkiem, że kolumna nie zajmuje więcej niż połowy szerokości jezdni), zaleca poruszanie się kolumną dwuosobową. Długość kolumny pieszych nie może przekraczać 50 metrów, a odstępy między kolumnami nie mogą być mniejsze niż 100 m.
6. Przy ograniczonej widoczności prowadzący kolumnę pieszych (poruszający się po lewej stronie kolumny - bliżej drogi) musi świecić latarką o barwie koloru białego w przód, natomiast ostatnia osoba będąca w kolumnie powinna świecić latarką o barwie koloru czerwonego do tyłu.

W przypadku, gdy długość kolumny pieszych przekracza 20 m, niezależnie od warunków pogodowych prowadzący i zamykający kolumnę pieszych zobowiązany jest mieć na sobie element odblaskowy. Osoby idące w kolumnie przy skrajnej stronie ulicy (lewa strona) muszą nieść dodatkowe latarki barwy koloru białego rozmieszczone w odległości między sobą nie większą niż 10 m.

W trakcie mgły poruszanie się kolumny pieszych jest ZABRONIONE.

W przypadku kolumny pieszych składającej się z dzieci w wieku do lat 10, poruszanie się kolumny odbywa się lewą stroną jezdni a tworzące je osoby obligatoryjnie poruszają się dwuosobowo. W przypadku w/w kolumny pieszych przy niedostatecznej widoczności na drodze poruszanie się kolumny jest zabronione.

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

8. Nie wolno:

- odłączać się od grupy bez zezwolenia prowadzącego,
- maszerować po jezdni kolumną pieszych do lat 10 w warunkach niedostatecznej widoczności,
- prowadzić po jezdni kolumny pieszych przez osobę w wieku poniżej 18 lat.

9. Podczas wycieczki lub rajdu jeden opiekun powinien przypadać na maksymalnie:

- 10 uczestników (turystyka kwalifikowana, np. górską),
- 15 uczestników przy innych formach, m. in. z wykorzystaniem publicznych środków komunikacji.

III. REGULAMIN SANITARNY ZIMOWISKA

1. Za porządek i czystość na terenie zimowiska odpowiada komendant zimowiska, który ustala zakres odpowiedzialności dla kadry wychowawczej i personelu gospodarczego zimowiska.
2. Kadra zimowiska obowiązana jest do prowadzenia pracy zdrowotno-wychowawczej z uczestnikami, w tym również w zakresie porządku, czystości i higieny.
3. Prace porządkowe wykonują zastępy służbowe, nadzorowane przez instruktora służbowego. Instruktor służbowy ustala zadania dla zastępów służbowych w porozumieniu z komendą zimowiska, pielęgniarką, kwatermistrzem.
4. Komendant zimowiska dokonuje codziennie przeglądu czystości na terenie zimowiska.
5. Za czystość w pokojach odpowiadają ich mieszkańcy, zobowiązani do codziennego, starannego ślania łóżek, trzepania koców, do utrzymywania ładu na półkach i w plecakach.
6. Za czystość łazienek odpowiadają wszyscy uczestnicy zimowiska, w szczególności osoba odpowiedzialna wyznaczona przez komendanta (obożny, instruktor służbowy, zastępowy zastępu służbowego itp.)
7. Uczestnicy mają zapewniony dostęp do miejsc w których mogą myć ręce mydłem i wodą.

IV. REGULAMIN TRANSPORTU

1. Zalecane jest, by za zgodą rodziców lub opiekunów prawnych osoby 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. Z drzwi autokaru i z 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;
3. Podczas wsiadania do autokaru zajmuje się miejsca od końca;
4. W środkach transportu PKP i PKS wszyscy uczestnicy wsiadają i wysiadają jednymi, wskazanymi przez kadrę drzwiami i są liczeni przez osobę z kadry odpowiedzialną za przejazd;
5. Podczas podróży pociągiem wszyscy uczestnicy znajdują się w przedziale wyznaczonym przez osobę z kadry odpowiedzialną za przejazd;
6. W razie konieczności skorzystania z toalety należy niezwłocznie powiadomić o tym kadrę;
7. Podczas podróży uczestnicy bezwzględnie podporządkowują się poleceniom kadry.
8. Osoby odprowadzające dzieci nie mogą wchodzić do środka transportu przeznaczonego do przewozu uczestników.

V. REGULAMIN WYCIECZEK GÓRSKICH

1. Planując trasę kadra uwzględnia normy wynikające z przesłanek fizjologicznych dotyczących dystansu, czasu marszu i możliwości obciążenia uczestników wycieczki.
2. Uczestnicy wycieczki posiadają ubiór (szczególnie buty) odpowiedni do miejsca i warunków atmosferycznych. Ekwipunek uwzględnia możliwą zmianę pogody.
3. Przed każdym wyjściem komendant lub członek kadry przez niego wyznaczony, zgłasza w bazie planowaną trasę wędrówki i godzinę powrotu.
4. Na terenach powyżej 1000 m n.p.m. i na terenie parków narodowych wycieczkę prowadzi przewodnik górski.
5. W czasie trwania wycieczki wszyscy uczestnicy podporządkowują się rozkazom i poleceniom prowadzącego.
6. Wycieczka porusza się według ustalonego porządku:
 - a. Przewodnik/pelnoletni prowadzący wycieczkę idzie pierwszy, nikt nie może go wyprzedzać, on dyktuje tempo marszu,
 - b. uczestnicy idą „gęsiego” w odstępach od 1,5 do 2 m lub gdy teren na to pozwala, w luźnym szyku po kilka osób koło siebie,
 - c. grupę zamyka opiekun grupy, za tą osobą nikt nie może pozostawać,
 - d. grupa nie powinna rozciągać się na długiej przestrzeni.
7. Należy poruszać się po znakowanych szlakach turystycznych (na terenie parków narodowych lub krajobrazowych - wyłącznie) lub wyznaczonych ścieżkach.
8. Na zboczach stromych, oślizłych, najsprawniejsi turyści znajdują się na początku i na końcu grupy, pomagając mniej sprawnym.
9. Przy schodzeniu w dół po stromych zboczach i w terenie skalnym należy zwracać uwagę na każdorazowe ustawienie stopy. Nigdy nie zbiegamy w dół.
10. Na trasie odpoczywamy co godzinę, czas trwania odpoczynku wynosi 10-15 minut (zdejmujemy plecaki, można usiąść, ale nie bezpośrednio na ziemi lub na głazach). Główny odpoczynek może trwać od 1,5 do 2 godziny i powinien być połączony z posiłkiem.
11. W sytuacjach trudnych nie wzniesamy paniki, rygorystycznie podporządkowujemy się poleceniom prowadzącego wycieczkę:
 - a. mgła - w razie zgubienia szlaku turystycznego cofamy się całą grupą do ostatniego znaku,
 - b. burza - całą grupą schodzimy poniżej grani i przeczekujemy burzę (uczestnicy pozbywają się metalowych przedmiotów, okrywają się pelerynami i w pozycji kucznej przeczekują burzę),
 - c. załamanie pogody (silne ochłodzenie, grad, opady śniegu z deszczem) - schodzimy całą grupą do najbliższego schroniska lub osiedla albo docieramy do planowanego celu, najbliższą, najłatwiejszą drogą,
 - d. lęk przestrzeni - pomagają oddelegowani doświadczeni uczestnicy w pokonaniu niebezpiecznego odcinka - nie dopuszczamy do paniki.