

## § 1

### POSTANOWIENIA OGÓLNE

1. Konkurs jest organizowany pod nazwą „**JOiW inspirujące motto**” na profilu: „Jedz Owoce i Warzywa – w nich największa moc się skrywa!” w serwisie Instagram [https://www.instagram.com/jedz\\_owoce\\_i\\_warzywa/](https://www.instagram.com/jedz_owoce_i_warzywa/) i jest zwany dalej: „**Konkuresem**”.
2. Organizatorem Konkursu jest „ITBC Communication” spółka z ograniczoną odpowiedzialnością z siedzibą w Warszawie, pod adresem: Kaleńska 5, 04-367 Warszawa, wpisaną do rejestru przedsiębiorców Krajowego Rejestru Sądowego prowadzonego przez Sąd Rejonowy dla m.st. Warszawy w Warszawie Wydział XIV Gospodarczy - Krajowy Rejestr Sądowy pod numerem KRS: 38209, NIP: 1132232133, REGON: 016301290 (**dalej Organizator lub Biuro Obsługi Konkursu**).
3. Zasady Konkursu zawarte są w niniejszym Regulaminie. Odnośnik do regulaminu dostępny jest w opisie profilu na Instagramie kampanii „Jedz Owoce i Warzywa – w nich największa moc się skrywa!”, adres: [https://www.instagram.com/jedz\\_owoce\\_i\\_warzywa/](https://www.instagram.com/jedz_owoce_i_warzywa/)
4. Kontrola poprawności prowadzenia Konkursu i jego zgodności z postanowieniami regulaminu spoczywa na Organizatorze Konkursu.
5. W uzasadnionych przypadkach Organizator może zmienić niniejszy regulamin. Zmiany do regulaminu będą obowiązywać od momentu umieszczenia regulaminu w zmienionej formie na profilu „Jedz Owoce i Warzywa – w nich największa moc się skrywa!” [https://www.instagram.com/jedz\\_owoce\\_i\\_warzywa/](https://www.instagram.com/jedz_owoce_i_warzywa/)
6. Informacje o Konkursie będą dostępne na profilu „Jedz Owoce i Warzywa – w nich największa moc się skrywa!” w serwisie

Instagram [https://www.instagram.com/jedz\\_owoce\\_i\\_warzywa/](https://www.instagram.com/jedz_owoce_i_warzywa/) oraz na stronie www kampanii, w zakładce Konkursy <https://jedzowoceiwarzywa.pl/konkursy/>

## § 2

### WARUNKI I ZASADY UCZESTNICTWA W KONKURSIE

**1. Konkurs trwa od 22.01.2024 roku do dnia 04.02.2024 roku, do godziny 23:59.**

**2. Uczestnikiem Konkursu („Uczestnik”) może być każda osoba fizyczna, która:**

a) posiada pełną zdolność do czynności prawnych. Osoby ograniczone w zdolności do czynności prawnych biorą udział w Konkursie za zgodą swojego przedstawiciela ustawowego lub opiekuna prawnego.

b) nie jest pracownikiem Organizatora Konkursu

c) nie jest członkiem rodziny pracownika Organizatora i Inicjatora Konkursu

d) mieszka na terenie Rzeczypospolitej Polskiej

**3. Warunkiem uczestnictwa w Konkursie jest łączne spełnienie następujących warunków:**

a) Osoba biorąca udział w Konkursie musi posiadać status Uczestnika zgodnie z §2 pkt 2

b) Zapoznanie się z treścią Regulaminu oraz akceptacja zapisów Regulaminu poprzez umieszczenie pracy konkursowej w portalu społecznościowym Instagram [https://www.instagram.com/jedz\\_owoce\\_i\\_warzywa/](https://www.instagram.com/jedz_owoce_i_warzywa/)

**4. Zadanie konkursowe polega na napisaniu krótkiego, inspirującego do zdrowego stylu życia motto, w którym nawiążesz do spożywania warzyw i owoców oraz uprawiania aktywności fizycznej.**

**Wszystkie warzywa i owoce, do których nawiążesz w pracy konkursowej muszą być obecne w kalendarzu sezonowości i tylko takie prace będą brane pod uwagę: <https://jedzowoceiwarzywa.pl/kalendarz-sezonowosci/>**

**5. Pracę konkursową należy umieścić w komentarzu do posta konkursowego na profilu kampanii „Jedz owoce i warzywa – w nich**

**największa moc się skrywa!” na Instagramie**  
[https://www.instagram.com/jedz\\_owoce\\_i\\_warzywa/](https://www.instagram.com/jedz_owoce_i_warzywa/)

6. Konkurs jest przeznaczony dla osób, które zaobserwowały profil kampanii na Instagramie [https://www.instagram.com/jedz\\_owoce\\_i\\_warzywa/](https://www.instagram.com/jedz_owoce_i_warzywa/) i wskazane jest, aby przed przystąpieniem do niego, uczestnik zaobserwował wymieniony profil. Jednak brak obserwacji profilu nie wyklucza uczestnika z udziału w konkursie.

7. W Konkursie, każdy Uczestnik może zgłosić dowolną liczbę prac konkursowych. Prace Konkursowe mogą być zgłaszane jedynie w okresie trwania Konkursu i zgodne z zadaniem konkursowym. Zakazane jest zgłaszanie Prac Konkursowych o charakterze bezprawnym lub niezgodnych z Regulaminem Konkursu; w szczególności zakazane jest zgłaszanie Prac Konkursowych o charakterze erotycznym, pornograficznym, powszechnie uznawanych za wulgarne, obraźliwe lub obsceniczne, naruszających zarówno polskie jak i międzynarodowe normy prawne oraz moralne, obrazujących lub propagujących przemoc, nienawiść, dyskryminację (rasową, kulturową, etniczną, religijną lub filozoficzną itp.), naruszających dobra osobiste lub obrażające godność lub uczucia innych osób (w tym religijne i polityczne), jak również o charakterze reklamowym, komercyjnym czy promocyjnym.

8. Zakazane jest umieszczanie prac, których nie jest się autorem lub których autor nie wyraził zgody na jej publikację. W przypadku odkrycia takich sytuacji, osoba zamieszczająca taką pracę nie może zostać laureatem konkursu.

9. Organizator ma prawo usuwać z Serwisu Prace Konkursowe, o których mowa w zdaniach poprzednich.

### § 3

#### NAGRODY

1. Fundatorem nagród w Konkursie jest Organizator.

**2. Nagrodzonych zostanie łącznie 10 Uczestników konkursu, których prace zostaną uznane za najlepsze. Każdy z Uczestników może zostać nagrodzony tylko raz.**

### **3. Nagrody w konkursie to:**

#### **I Miejsce:**

**- Zegarek sportowy Garmin**

#### **II Miejsce:**

**- Zegarek sportowy Garmin**

#### **III Miejsce:**

**- Zegarek sportowy Garmin**

#### **7 X Wyróżnienie:**

**- Książka z przepisami „Lunchbox na każdy dzień” + lunchbox**

4. Celem zapewnienia prawidłowej organizacji Konkursu, Organizator powołuje komisję konkursową. Wszelkie wątpliwości dotyczące zasad Konkursu, interpretacji i postanowień tego Regulaminu rozstrzyga Organizator.
5. Laureaci zostaną wyłonieni w terminie do 10 dni roboczych od daty zakończenia konkursu. Laureaci zostaną poinformowani o wygranej w komentarzu pod postem konkursowym na profilu Instagram kampanii [https://www.instagram.com/jedz\\_owoce\\_i\\_warzywa/](https://www.instagram.com/jedz_owoce_i_warzywa/)
6. Za przekazanie nagrody Zwycięzcy odpowiedzialny będzie Organizator. Warunkiem otrzymania nagrody jest przekazanie następujących danych w wiadomości prywatnej na profilu „Jedz Owoce i Warzywa – w nich największa moc się skrywa!” w serwisie Instagram: imienia, nazwiska, adresu wysyłki, adresu poczty e-mail, numeru PESEL, a także numeru telefonu. Nagrody zostaną wysłane kurierem do 14 dni roboczych od ogłoszenia wyników konkursu.

**7. Warunkiem wysłania nagrody do laureata, jest uprzednie wypełnienie, podpisanie i odesłanie skanu lub dokładnego zdjęcia formularza odbioru nagrody, który Organizator wyśle Laureatowi ze skrzynki mailowej [kontakt@jedzowoceiwarzywa.pl](mailto:kontakt@jedzowoceiwarzywa.pl) . Dane osobowe na protokole odbioru nagrody muszą pokrywać się z danymi na dokumencie tożsamości.**

8. Brak odpowiedzi laureata w ciągu 3 dni roboczych, odmowa rozmowy lub odmowa podania w/w informacji potrzebnych do przekazania nagrody jest równoznaczne z rezygnacją z prawa do nagrody.

9. Nad prawidłowym przebiegiem Konkursu czuwać będzie Organizator.

10. Na podstawie art. 30 ust. 1 pkt 2 ustawy z dnia 26 lipca 1991 roku o podatku dochodowym od osób fizycznych (tekst jedn. Dz. U. z 2012 r., poz. 361 z późn. zm.) wydanie nagród, o których mowa w pkt.3 § 3, podlega opodatkowaniu zryczałtowanym podatkiem dochodowym od osób fizycznych w wysokości 10% wartości Nagrody. Organizator, jako płatnik zryczałtowanego podatku dochodowego od osób fizycznych, przed wydaniem Nagród Laureatowi obliczy, pobierze i odprowadzi do właściwego Urzędu Skarbowego zryczałtowany podatek dochodowy należny z tytułu wygranej. W tym celu do wartości Nagród zostanie dodana premia pieniężna w wysokości odpowiadającej zryczałtowanemu podatkowi dochodowemu od osób fizycznych z tytułu wygranej w Konkursie w kwocie stanowiącej 11,11% wartości danej Nagrody. Laureat oświadcza, że wyraża zgodę, aby kwota premii pieniężnej nie podlegała wypłacie na jego rzecz, lecz przeznaczona została na zapłatę podatku należnego z tytułu wygranej w Konkursie.

## **§ 4**

### **DANE OSOBOWE UCZESTNIKÓW KONKURSU**

1. Warunkiem udziału w Konkursie jest podanie przez Uczestnika Konkursu prawdziwych danych osobowych, tj.: imienia, nazwiska, numeru PESEL, adresu konta poczty elektronicznej, adresu wysyłki przesyłki - niezbędnych do

przekazania nagrody i opłacenia podatku od nagrody przez Organizatora w imieniu Laureata Konkursu.

2. Przystępując do Konkursu i akceptując niniejszy regulamin Uczestnik wyraża zgodę na przetwarzanie podanych przez niego danych osobowych przez Organizatora. Dane osobowe będą przetwarzane wyłącznie w celach: przeprowadzenia Konkursu, wydania nagrody Laureatowi, weryfikacji tożsamości oraz uiszczenia podatku dochodowego z tytułu Nagrody na rzecz Urzędu Skarbowego.

3. Dane osobowe Uczestników Konkursu będą przetwarzane zgodnie z przepisami Ustawy z dnia 10 maja 2018 r. o ochronie danych osobowych (Dz. U. 2018 poz. 1000) w związku z Konkursem oraz na potrzeby przeprowadzenia Konkursu oraz dostarczenia Nagrody.

4. Administratorem danych osobowych uzyskanych w wyniku Konkursu jest „ITBC Communication” spółka z ograniczoną odpowiedzialnością z siedzibą w Warszawie, pod adresem: Kaleńska 5, 04-367 Warszawa, wpisaną do rejestru przedsiębiorców Krajowego Rejestru Sądowego prowadzonego przez Sąd Rejonowy dla m.st. Warszawy w Warszawie Wydział XIV Gospodarczy - Krajowy Rejestr Sądowy pod numerem KRS: 38209, NIP: 1132232133, REGON: 016301290

5. Każda osoba, która bierze udział w Konkursie, powinna uaktualnić swoje dane osobowe w momencie przekazania danych, a w szczególności dane adresowe, które będą wykorzystane na potrzeby dostarczenia i wydania Nagrody Laureatom Konkursu.

6. Udostępnienie swoich danych osobowych przez Uczestnika jest dobrowolne, jednak niezbędne w celu wzięcia udziału w Konkursie.

7. Każda osoba biorąca udział w Konkursie i pozostawiająca swoje dane ma prawo wglądu do treści swoich danych oraz do ich poprawiania zgodnie z warunkami określonymi w ustawie o ochronie danych osobowych.

8. Uczestnik zamieszczając Zgłoszenie Konkursowe wyraża zgodę na publikację jego Pracy we wszystkich mediach i kanałach komunikacji Organizatora (np. na stronie [www.https://jedzowoceiwarzywa.pl/](https://jedzowoceiwarzywa.pl/)) w tym w mediach społecznościowych (np. profil Instagram [https://www.instagram.com/jedz\\_owoce\\_i\\_warzywa/](https://www.instagram.com/jedz_owoce_i_warzywa/) oraz profil Facebook <https://www.facebook.com/jedzowoceiwarzywa/>)

9. Administratorem danych osobowych Laureata przekazanych za pośrednictwem komunikatora Facebook Messenger lub Instagram jest „ITBC Communication” spółka z ograniczoną odpowiedzialnością z siedzibą w

Warszawie, pod adresem: Kaleńska 5, 04-367 Warszawa, wpisaną do rejestru przedsiębiorców Krajowego Rejestru Sądowego prowadzonego przez Sąd Rejonowy dla m.st. Warszawy w Warszawie Wydział XIV Gospodarczy - Krajowy Rejestr Sądowy pod numerem KRS: 38209, NIP: 1132232133, REGON: 016301290

10. Celem zbierania danych jest umożliwienie kontaktu w celu przekazania nagrody konkursowej. Laureatowi przysługuje prawo dostępu do treści danych oraz ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania, a także prawo do wniesienia sprzeciwu, żądania zaprzestania przetwarzania i prawo do przenoszenia danych, jak również prawo do cofnięcia zgody w dowolnym momencie oraz prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego (tj. Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych).

Podanie danych jest dobrowolne, lecz niezbędne do realizacji celu wymienionego powyżej. Dane nie będą udostępniane podmiotom trzecim, ani przekazywane do państwa trzeciego czy organizacji międzynarodowej. Dane Laureata nie będą podlegały zautomatyzowanemu podejmowaniu decyzji (w tym profilowaniu). Dane będą przechowywane przez okres, w jakim będzie istniała możliwość wysyłki nagrody.

## **§ 5**

### **POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

1. Organizator ma prawo do zmiany postanowień niniejszego Regulaminu, o ile nie wpłynie to na pogorszenie warunków uczestnictwa w Konkursie. Dotyczy to w szczególności zmian terminów poszczególnych czynności konkursowych.
2. Przystępując do Konkursu Uczestnik zobowiązany jest do działania zgodnie z postanowieniami Regulaminu oraz z obowiązującymi przepisami prawa.

## **§ 6**

### **OŚWIADCZENIE**

Oświadczam, że w wysłanym przeze mnie zgłoszeniu w ramach Konkursu:

1. Powstały w związku z wykonaniem zadania konkursowego materiał nie narusza w żaden sposób przepisów obowiązującego prawa ani jakichkolwiek praw

lub dóbr osobistych osób trzecich oraz przysługujące mi autorskie prawa majątkowe do tych utworów nie są w jakimkolwiek zakresie ograniczone lub obciążone,

2. Ponoszę pełną odpowiedzialność prawną wobec Organizatora Konkursu z tytułu niezgodności z prawdą oświadczeń określonych w pkt. 1 powyżej i zobowiązuję się zwolnić Organizatora od jakiejkolwiek odpowiedzialności w zakresie objętym tym oświadczeniem, w szczególności w przypadku wystąpienia, w tym także na drodze sądowej, osób trzecich z roszczeniami wynikającymi z naruszenia przysługujących im praw. Niniejszym w związku z przyznaniem mi Nagrody przenoszę bez dodatkowego wynagrodzenia autorskie prawa majątkowe do utworu na następujących polach eksploatacji:

a) utrwalanie i zwielokrotnianie drukiem lub podobną techniką;

b) wydawanie (publikowanie) i rozpowszechnianie we wszystkich wydaniach, niezależnie od formy, standardu, systemu lub formatu, bez ograniczenia liczby nakładów, wydań oraz egzemplarzy; obejmuje to także prawo do częściowego lub całkowitego przedruku (przed i po produkcji), w tym na fotokopiach, a także do powielania w inny sposób;

c) wprowadzanie do pamięci komputera i sporządzanie kopii takich zapisów dla potrzeb eksploatacji oraz trwałe lub czasowe zwielokrotnianie komputerowego zapisu w całości lub w części dowolnymi środkami i w dowolnej formie;

d) wykorzystanie do celów marketingowych, w tym reklamy, promocji, oznaczenia lub identyfikacji, także w kanałach social media i na stronie www

e) Organizatora; obejmuje to również utrwalanie i zwielokrotnianie poligraficzne oraz wykorzystanie tych utrważeń;

f) publiczne udostępnianie w taki sposób, aby każdy mógł mieć do niego dostęp w miejscu i czasie przez siebie wybranym w tym w dowolnych – elektronicznym, cyfrowym itp. kanale komunikacji publicznej;

g) wprowadzanie do obrotu, rozpowszechnianie egzemplarzy oraz ich kopii.

## **§ 7**

Serwis Instagram.com oraz Facebook.com udostępnia wyłącznie infrastrukturę, dzięki której możliwa jest organizacja konkursu. Instagram oraz Facebook nie sponsoruje i nie uczestniczy w organizacji konkursu, a tym samym nie ponosi odpowiedzialności i konsekwencji wynikające z przeprowadzenia konkursu.