

OPIS PRZEDMIOTU ZAMÓWIENIA

Organizacja i realizacja IV edycji konkursu pt. „Rodzinna Akcja: Zdrowa Rywalizacja” pod hasłem: „Zasiej Zdrowie”, w tym prostej platformy na potrzeby realizacji konkursu oraz kampanii promocyjno-edukacyjnej związanej z konkursem zachęcającej do udziału w konkursie oraz motywującej rodziny do zmiany nawyków żywieniowych i poprawy aktywności fizycznej (znak postępowania: O.OZP.260.32.6.2023).

Spis treści

1. Wprowadzenie	2
1.1. Narodowe Centrum Edukacji Żywieniowej	2
1.2. Główny cel konkursu i kampanii	3
1.3. Grupa docelowa	4
1.4. Scenariusz poszczególnych zadań	4
1.5. Media wymagane w kampanii	29
1.6. Główne zadania Wykonawcy w ramach organizacji konkursu „Rodzinna Akcja: Zdrowa Rywalizacja”	30
2. Podstawowe wymagania do strony internetowej oraz panelu administracyjnego konkursu kampanii "Rodzinna Akcja: Zdrowa rywalizacja."	32
3. Podstawowe wymagania dla kampanii promującej wydarzenie „Rodzinna Akcja: Zdrowa Rywalizacja” pod hasłem: „Zasiej Zdrowie”	50
3.1. Założenia dotyczące 4-tygodniowej akcji: „Rodzinna Akcja: Zdrowa Rywalizacja” pod hasłem: „Zasiej Zdrowie”	52
3.2. Wymagania dotyczące produkcji 8 filmów edukacyjnych	54
3.3. Wymagania dotyczące produkcji 8 animacji	56
3.4. Wymagania dotyczące produkcji 5 infografik edukacyjnych, na temat zdrowego żywienia oraz aktywności fizycznej.	57
4. Język i tonalność przekazu	58
5. Współpraca z Zamawiającym. Monitoring i raportowanie.	59
6. Prawa autorskie.....	61

1. Wprowadzenie

Zamawiający tj. Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego -PZH -PIB jest realizatorem projektu **Narodowe Centrum Edukacji Żywieniowej (NCEŻ)**. Interaktywny i wielokierunkowy model projektu umożliwi prowadzenie szerokiej kampanii edukacyjnej, dotyczącej zdrowego stylu życia we wszystkich rejonach Polski i we wszystkich grupach społecznych. W ramach NCEŻ działa również **Centrum Dietetyczne Online (CDO)** – internetowa platforma, umożliwiająca bezpłatne konsultacje dietetyczne, psychodietetyczne oraz dotyczące aktywności fizycznej. Jednym z działań edukacyjnych Narodowego Centrum Edukacji Żywieniowej jest cyklicznie organizowany konkurs dla rodzin pt.: „Rodzinna Akcja: Zdrowa Rywalizacja”, zwana dalej Akcją.

1.1. Narodowe Centrum Edukacji Żywieniowej

NCEŻ zostało utworzone na potrzeby szerzenia rzetelnej wiedzy w zakresie żywienia i zdrowego stylu życia, pozytywnej zmiany postaw i nawyków żywieniowych, a w konsekwencji poprawy stanu zdrowia Polaków. Celem prowadzonych działań jest edukacja skierowana do różnych grup populacji zgodnie z podejściem „Evidence Based Medicine (EBM)”, czyli w oparciu o wiarygodne dowody naukowe. NCEŻ jest wiarygodnym i łatwo dostępnym źródłem wiedzy. Każdy zainteresowany poprawą stanu swojego zdrowia i jakości życia, za pośrednictwem kanałów komunikacji NCEŻ (strony internetowej <https://ncez.pzh.gov.pl>) i profili w mediach społecznościowych (Facebook <https://www.facebook.com/ncez.nizp> i Instagram <https://www.instagram.com/ncez.pl/>) posiada dostęp do wyników najnowszych badań prowadzonych przez Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego PZH – Państwowy Instytut Badawczy (NIZP PZH – PIB), artykułów edukacyjnych, materiałów video i innych praktycznych narzędzi pomagających w zmianie nawyków na prozdrowotne.

Jednym z materiałów przygotowanych w ramach działalności NCEŻ są opracowane w roku 2020 „Zalecenia zdrowego żywienia” w nowej formie graficznej – **Talerza Zdrowego Żywienia**. Zalecenia te zastąpiły znaną od lat Piramidę Zdrowego Żywienia. Uzupełnieniem do nowych zaleceń zdrowego żywienia jest materiał „W 3 krokach do zdrowia” przedstawiający konkretne zalecenia żywieniowe dotyczące różnych grup produktów na 3 poziomach - umożliwiających zmianę nawyków żywieniowych stopniowo, małymi krokami.

Działania projektu NCEŻ dedykowane są osobom dorosłym oraz dzieciom i młodzieży – grupie najbardziej podatnej na zmianę nawyków żywieniowych, a także rodzinom, które są odpowiedzialne za całokształt żywienia w domu, szczególnie u najmłodszych. Efekty prowadzonych działań są jednym z elementów polityki prozdrowotnej mającej na celu poprawę stanu zdrowia osób w całej Polsce, niezależnie od miejsca zamieszkania.

1.2. Główny cel konkursu i kampanii

IV edycja projektu edukacyjnego dla rodzin - konkurs pt. „Rodzinna Akcja: Zdrowa Rywalizacja” w roku 2023 będzie miała na celu zachęcenie rodzin do podjęcia tygodniowych prozdrowotnych wyzwań. Rodziny będą miały do wykonania 10 wyzwań (zadań), w ciągu 4 tygodni, mających na celu kształtowanie zdrowych nawyków żywieniowych i zwiększenia poziomu aktywności fizycznej. W puli wyzwań 8 zadań będzie oznaczonych jako zadania zwykłe, natomiast 2 zadania jako specjalne. Do każdego z zadań dodatkowym elementem edukacyjnym wspierającym uczestników w wykonaniu zadania będą materiały edukacyjne w postaci infografik, animacji i filmów opracowane na podstawie wytycznych opracowanych przez ekspertów NCEŻ, których szata graficzna i udźwiękowanie będzie kontynuacją koncepcji z edycji z poprzedniego roku. Udział w programie będzie bezpłatny, a proponowane działania nie będą stanowiły obciążenia dla budżetu rodziny.

W ramach konkursu “Rodzinna Akcja: Zdrowa Rywalizacja” Zamawiający opracował Koncepcję Kreatywną oraz wkład merytoryczny wyzwań, filmów, animacji i infografik, przedstawione w dalszej części OPZ (punkt 1.4).

Wykonawca będzie zobowiązany do:

- Stworzenia nowej, intuicyjnej, prostej platformy internetowej, poświęconej „Rodzinnej Akcji: Zdrowej Rywalizacji” zgodnej z wymogami CMS typu open source,
- opracowania harmonogramu działań, uwzględniającego kalendarz realizacji poszczególnych wyzwań, przebieg Konkursu,
- wyprodukowania 8 filmów, 8 animacji i 5 infografik,

- opracowania udźwiękowienia oraz grafiki spójnych z materiałami z zeszłorocznej edycji, <https://we.tl/t-P1txbriDCi>
- oraz <https://we.tl/t-R79drmBTsk>
- opracowania materiałów promocyjnych i przeprowadzenie Kampanii promującej Konkurs.

Wykonawca będzie zobowiązany do realizacji wszystkich działań wymienionych w Opisie przedmiotu zamówienia w porozumieniu z Zamawiającym, na podstawie założeń, koncepcji przedstawionych w OPZ. Szczegółowy zakres zadań Wykonawcy został przedstawiony w pkt. 3 OPZ.

1.3. Grupa docelowa

Kampania adresowana jest w szczególności do rodzin z dziećmi.

Beneficjenci bezpośredni programu: rodzice oraz dzieci w wieku 7 -14 lat, Kampania promująca konkurs powinna być przygotowana ze szczególnym uwzględnieniem tych grup docelowych pod względem kreacji, przekazu i doboru mediów.

Beneficjenci pośredni: rodzice i opiekunowie dzieci i młodzieży w wieku 7-18 lat.

1.4. Scenariusz poszczególnych zadań

Zamawiający utworzył treści mailingu zawierające m.in. treści wyzwań. Wykonawca zobowiązany jest do stworzenia grafik/infografik nawiązujących do materiałów z zeszłego roku oraz szczegółowych treści animacji/filmów wg. wstępnego wkładu merytorycznego przedstawionego poniżej:

Proponowany merytoryczny wkład do OPZ dotyczący Edycji Konkursu pt. “Rodzinna Akcja: Zdrowa Rywalizacja”, w roku 2023.

Tegoroczny motyw przewodni Konkursu, zgodny z Koncepcją Kreatywną opracowaną przez Zamawiającego brzmi: „ZASIEJ ZDROWIE”. Będzie on nawiązywał do cyklu rozwoju rośliny jako metafory zapoczątkowania zdrowych nawyków na polu stylu życia oraz do diety roślinnej, będącej zdrowym wyborem dla człowieka i planety. Konkurs zostanie przeprowadzony w ciągu czterech tygodni. Każdy tydzień konkursu opatrzony zostanie oddzielną grafiką obrazującą kolejny etap zmian stylu życia rodziny zgodnie z motywem przewodnim kampanii:

- I tydzień: „przygotuj grunt”
- II tydzień: „zasiej”
- III tydzień: „pielęgnuj, co zasiane”
- IV tydzień: „zbierz plony”.

W ramach Konkursu „Rodzinna Akcja: Zdrowa Rywalizacja” opracowane zostaną przez Wykonawcę elementy konkursu: infografiki, animacje, filmy i wyzwania, których wstępne wersje przedstawiono poniżej.

9. TYDZIEŃ 1

infografika wprowadzająca, opisująca wyzwanie pierwszego tygodnia: „Przygotuj grunt”

„Przygotowanie gruntu” jest metaforą do przygotowania rodziny na wprowadzanie zmian z zakresu zdrowego stylu życia.

Film 1, Tytuł: „Domowa granola” (forma pionowa video)

Film przedstawiający przygotowanie domowej granoli jako wprowadzenie do wykonania zadania żywieniowego w danym tygodniu.

W kamerze widoczny jest blat. Na blacie ustawiono wszystkie składniki w odmierzonych ilościach, potrzebne do przygotowania potrawy. W realizacji filmów nie przewidziany jest udział aktorów, a jedynie ręce statysty (pracownik NIZP PZH-PIB).

W filmie nie mogą być lokowane marki produktów. Akcja filmu komentowana jest przez lektora.

Sposób pokazania:

W kadrze pokazane są odmierzone składniki w naczyniach, w ilościach podanych w przepisie. Ręce ukazane na ekranie, zgodnie z kolejnymi punktami zawartymi w sposobie przygotowania potrawy, przygotowują granolę. Ze względu na ograniczenia czasowe, moment dodawania kolejnych produktów widoczny będzie w przyspieszeniu. W rogu ekranu obecny będzie zegar, który ukaże symboliczne przesunięcie się wskazówek, symbolizujące m.in. czas gotowania, pokazanie szczegółowych etapów gotowania, jak na przykład dodawanie składników, mieszanie, pieczenie. Na koniec nastąpi posypanie granolą jogurtu naturalnego znajdującego się w naczyniu.

Potrzebne sprzęty:

- miseczki na poszczególne produkty
- duża miska do wymieszania wszystkich składników
- drewniana szpatułka do mieszania składników
- miseczka na jogurt
- łyżka
- blacha do pieczenia
- papier do wypieków

Ręce statysty dodają kolejno do dużej miski poszczególne składniki, następnie wykładają granolę na blachę do pieczenia wyłożoną papierem do wypieków.

Granola zostaje włożona na 30 min do rozgrzanego piekarnika, ręce mieszają granolę w trakcie pieczenia 1 raz. Zegar pokazuje upływanie 30 minut. Następnie granola wyjęta jest do ostudzenia. Na koniec do jogurtu naturalnego dodane są 3 łyżki (36g) granoli. W animacji pojawia się informacja, że 1 łyżka tej granoli (12 g) dostarcza jedynie 22 kcal. Informacja ta może być ewentualnie przekazana przez lektora.

Animacja 1: Tytuł: Zalety zdrowotne granoli.

Animacja przedstawia wartość odżywczą granoli w zależności od użytych składników receptury w porównaniu do płatków śniadaniowych o różnej zawartości cukru. Zaletą przyrządzenia własnej, domowej granoli jest m.in. możliwość kontroli zawartości dodanego cukru.

Przygotowany przez zamawiającego wkład merytoryczny, zostanie przedstawiony w formie animacji. Koncepcja graficzna animacji ma być wzorowana na animacji z zeszłych edycji Konkursu:

<https://www.youtube.com/watch?v=NgpBjz5yph8>

Część poniższych informacji zostanie zawarta na grafice, natomiast resztę informacji przedstawi lektor.

Roboczy wkład merytoryczny:

Wstępna propozycja tekstu, w każdej scenie animowany element graficzny obrazujący treść:

1 sekwencja

Granola jest idealnym składnikiem zdrowego śniadania, bowiem dostarczy Twojej rodzinie solidnej porcji energii, której tak bardzo potrzebujecie rano. Ten pyszny dodatek może wzbogacić inne dania, w tym zakresie ogranicza Was jedynie wyobraźnia!

2 sekwencja

Oto główne zalety zdrowotne granoli:

Węglowodany w niej zawarte są długo uwalniane do krwi, dzięki czemu uczucie sytości towarzyszy Wam nawet do kilku godzin po zakończeniu posiłku, a mózg ma zapewniony stały dopływ glukozy

3 sekwencja

W porównaniu do wielu płatków śniadaniowych, w zależności od użytych składników może zawierać więcej białka, zdrowych tłuszczów, błonnika pokarmowego, witamin i składników mineralnych.

4 sekwencja

Na półce sklepowej znajdziecie wiele propozycji granoli, jednak po dokładnej lektury jej etykiety zauważycie, że może zawierać bardzo dużo cukru. Jedna porcja 30g dostarcza nawet 2 łyżeczki dodanego cukru i 135kcal! Zaletą granoli przygotowanej w domu jest kontrola nad ilością dodanego cukru. Może być ona smaczna, a jednocześnie może zawierać niewiele ponad ½ łyżeczki cukrów naturalnie zawartych o owocach (30g) i dostarczy połowę mniej kalorii!**Wyzwanie żywieniowe; tytuł: „Domowa granola”**

Zadaniem dla rodziny będzie przygotowanie tygodniowego zapasu domowej granoli do wykorzystania przez rodzinę podczas posiłków. Realizacja wyzwania ma na celu uzmysłowienie uczestnikom, że dobra organizacja pracy w kuchni pomaga w sprawnym przygotowaniu pełnowartościowego śniadania. Zadanie jest pomysłem na zaangażowanie wszystkich członków rodziny, również najmłodszych.

Film 2, tytuł: „Rodzinny planer”

Pokazanie przykładowego zaplanowania tygodnia wszystkich członków rodziny z uwzględnieniem planera w formie kalendarza ściennego.

Film pokazuje rękę, która nanosi różne czynności na planer rodzinny mający formę kalendarza ściennego:

Dni tygodnia	mama	tata	Kasia	Tomek
poniedziałek				
wtorek				
środa				
czwartek				
piątek				
sobota				
niedziela				

3 etapy planowania:

Pierwszy: naniesienie stałych punktów czasowych każdego członka rodziny, np. Mama: powrót z pracy godz. 17., Kasia, powrót ze szkoły 14.00, Tomek powrót ze szkoły 17.00 itp.

Drugi: naniesienie dodatkowych zajęć członków rodziny: mama: wtorek 18.00 fitness, tata: piątek 19.00 siłownia, Kasia: wtorek 17.00 taniec itp.

Trzeci etap planowania: , naniesienie czasu wykonywania obowiązków domowych przez dzieci, np.. Kasia odkurzanie poniedziałek 18.00, Tomek robienie sałatki na obiad w czwartek o 16.00 itp.

Na koniec: Znalazienie czasu na aktywność fizyczną i naniesienie w sposób widoczny, np. na czerwono punktów czasowych dotyczących aktywności fizycznej każdego członka rodziny w pozostałym wolnym czasie, np. U wszystkich członków rodziny znalazły się 2 godziny wolnego czasu na wspólny spacer, taniec itp..

Animacja 2, tytuł: „Planowanie ułatwia wyzwanie!”

Animacja podpowie, jak w sposób praktycznie zaplanować pory posiłków, aktywności fizycznej oraz ciszy nocnej dzieci i dorosłych. Specjalny nacisk zostanie położony na korzyści czasu spędzonego „offline”, czyli bez dostępu do elektroniki.

Przygotowany przez zamawiającego wkład merytoryczny, zostanie przedstawiony w formie animacji. Koncepcja graficzna animacji ma być wzorowana na animacji z zeszłych edycji Konkursu: <https://www.youtube.com/watch?v=NgpBjz5yph8>

Roboczy wkład merytoryczny:

Część poniższych informacji zostanie zawarta na grafice, natomiast resztę informacji przedstawi lektor.

1 sekwencja:

Planowanie dnia pomoże całej Waszej rodzinie osiągnąć wyznaczone przez Was cele, m.in

- lepiej zarządzać czasem i zadaniami.
- zaplanować zdrowe posiłki,

- znaleźć czas na regularną aktywność fizyczną
- oraz czas na odpoczynek i relaks.

Planując dzień macie większą szansę na uniknięcie stresu i chaosu, który negatywnie wpływa na zdrowie i samopoczucie członków rodziny.

2 sekwencja:

Szczególny nacisk połóżcie na zaplanowanie ciszy nocnej o należytym porze. Dzięki temu unikniecie niewyspania i wszystkich jego konsekwencji, takich, jak:

- ciągłe zmęczenie,
- brak energii do pracy, nauki i ćwiczeń
- głód prowokujący podjadanie itd.

3 sekwencja:

Zadbaj o czas "offline", aby Wasz sen był efektywny!

Urządzenia elektroniczne powinny mieć swoją "ciszę nocną" na dwie godziny przed snem, szczególnie w przypadku Waszych dzieci.

Pamiętajcie, że to, co zaplanowane, jest najczęściej zrealizowane!

Wyzwanie sportowe, tytuł „Rodzinny planer”.

Wyzwanie polegające na utworzeniu własnego rodzinnego planera uwzględniającego różne zajęcia członków rodziny. Wyzwanie pomoże uczestnikom przełożyć porady ekspertów na praktykę.

Wyzwanie specjalne; tytuł: „Parapetowy ogródek ziołowy”

Wyzwaniem specjalnym będzie zaaranżowanie „parapetowego ogródka ziołowego”, dzięki któremu rodzina będzie miała w niedługim czasie dostęp do świeżych ziół będących alternatywą

dla używania soli w kuchni. Korzyścią dla dzieci będzie możliwość zaobserwowania cyklu rozwoju rośliny.

II. TYDZIEŃ 2

infografika wprowadzająca, opisująca wyzwanie drugiego tygodnia: „Zasiej”

„Zasiej” jest metaforą do wdrożenia pierwszych zmian z zakresu stylu życia rodziny.

Film 1 „Polskie sushi” (forma pionowa video) – przepis przejdzie jeszcze weryfikację

Film instruktażowy jak zrobić sushi z wykorzystaniem jak największej ilości polskich produktów spożywczych.

W kamerze widoczny jest blat, na którym ustawiono składniki do przygotowania sushi. W realizacji filmów nie przewidziany jest udział aktorów, a jedynie ręce statysty (pracownik NIZP PZH-PIB).

W filmie nie mogą być lokowane marki produktów. Akcja filmu komentowana jest przez lektora.

Sposób pokazania

W kadrze pokazane są wstępnie przygotowane i odmierzone składniki (posiekane, pokrojone, w naczyniach), w ilościach podanych w przepisie. Ręce ukazane na ekranie, zgodnie z kolejnymi punktami zawartymi w sposobie przygotowania potrawy, przygotowują jedną przykładową rolkę sushi. Reszta rolek zostanie przygotowana wcześniej, co ze względu na ograniczenia czasowe, nie będzie pokazane w filmie. Następnie wszystkie rolki ułożone na desce zostaną włożone do lodówki. W rogu ekranu pojawi się zegar, który ukaże szybkie przesunięcie się wskazówek, symbolizujące upływanie jednej godziny. Potem nastąpi wyjęcie sushi z lodówki, pokrojenie na kawałki, ułożenie na talerzu i prezentacja gotowej potrawy.

Potrzebne sprzęty:

- miseczki na poszczególne produkty
- mata do zawijania sushi

- deska
- folia spożywcza
- łyżka
- nóż
- deska
- miseczka z wodą do zamaczania palców
- pałeczki

Przepis do pokazania w grafice końcowej:

- 8 sztuk płatów alg morskich nori

RYŻ

- 500 g suchego ryżu

- woda

ZAPRAWA

- 150 ml octu ryżowego

- 6 łyżek cukru

*cukier – 1 łyżeczka

*ocet ryżowy – 20 ml

*sok z pomarańczy – 250 ml

*sos sojowy – 2 łyżki

DODATKI

- łosoś bałtycki 2 płaty/makrela 2 sztuki

- 1 papryka
- 1 długi ogórek
- 1 marchewka
- szczypiorek
- chrzan
- migdały 30 g
- 1 brzoskwinia
- sos sojowy
- marynowany imbir
- * ser twaróg półtłusty 150 g
- * sałata

Przepis do pokazania w grafice końcowej:

1. Odmierzoną ilość ryżu przesyj na sito i przepłucz pod bieżącą wodą do momentu, aż woda przepływająca przez ryż będzie przejrzysta.
2. Opłukany ryż przesyj do garnka w odmierzonych za pomocą szklanki porcjach. Proporcja ryżu do wody powinna wynosić 1:1, to znaczy należy wlać tyle samo wody, ile wsypano szklanek ryżu. Zamknij garnek pokrywą i gotuj ryż przez 10 minut, a następnie wyłącz kuchenkę i zostaw ryż pod przykryciem do odparowania na 15 minut.
3. Rybę, paprykę, szczypior oraz obraną marchew i ogórka opłucz pod bieżącą wodą, a następnie podziel wymienione składniki na paski długości jednego płata nori.
4. Przygotuj zalewę. Do octu wsyp cukier i dobrze go rozpuść.
5. Gdy ryż przestygnie, dodaj do niego przygotowaną zalewę i wymieszaj.

6. Na macie bambusowej owiniętej folią ułóż płat norii nałoż na niego cienką warstwę ryżu. Z brzegu ryżu nakładamy na całą długość niewielką ilość chrzanu oraz paski pokrojonych wcześniej dodatków. Cały czas naciskając zwijamy matę tworząc rulon.
7. Rulony kroimy w paski.
8. Pokrojone kawałki układamy na talerzu, dekorujemy małymi kawałkami brzoskwini i posypujemy posiekanymi migdałami. Sushi podajemy z sosem sojowym, marynowanym imbirem i chrzanem.

Animacja 1 tytuł: „Co zamiast kotleta?”

Animacja będzie przedstawiać podobieństwa i różnice wartości energetycznej i odżywczej zamienników mięsa w porównaniu do jednego kotleta schabowego. Proponowanymi zamiennikami będą: jajo kurze, ryby, suche nasiona roślin strączkowych, z uwzględnieniem tofu.

Przygotowany przez zamawiającego wkład merytoryczny, zostanie przedstawiony w formie animacji. Koncepcja graficzna animacji może być wzorowana na animacji z zeszłych edycji Konkursu: <https://www.youtube.com/watch?v=NgpBjz5yph8>

Część poniższych informacji zostanie zawarta na grafice, natomiast resztę informacji przedstawi lektor.

Roboczy wkład merytoryczny:

Oto porównanie wartości odżywczej wybranych zamienników mięsa w porównaniu do jednego kotleta schabowego:

Zestawienie jaja kurzego, ryby, suchych nasion roślin strączkowych (soczewica, tofu, fasola), uwzględniając tofu, z kotletem schabowym, pod względem:

1. kaloryczności
2. zawartości i jakości białka

3. zawartości i jakości tłuszczu
4. zawartości i jakości węglowodanów (z wyszczególnieniem zawartości błonnika)

Każdy punkt zostanie wyświetlony na osobnej planszy (osobne ujęcia).

Tofu:

Tofu jest dobrym źródłem białka roślinnego. W 100 g tofu znajduje się około 8-15 g białka, w zależności od rodzaju produktu. Ponadto tofu jest dobrym źródłem żelaza, wapnia, magnezu i cynku.

Rośliny strączkowe (fasola, groch, soczewica, ciecierzycza):

Rośliny strączkowe są bogate w białko roślinne. Na przykład, 100 g gotowanej czerwonej fasoli zawiera około 8-10 g białka, a soczewica około 9 g białka. Rośliny strączkowe zawierają znaczne ilości błonnika, którego spożycie jest korzystne dla układu pokarmowego oraz są dobrym źródłem żelaza, magnezu, fosforu i innych składników mineralnych.

Analogiczne treści zostaną przygotowane dla jajka, ryb i kotleta schabowego.

Wartości odżywcze zamienników mięsa mogą się różnić w zależności od marki i obróbki produktów. Ważne jest, aby czytać etykiety produktów i zwracać uwagę na zawartość białka, tłuszczu, błonnika i innych składników odżywczych.

Podobieństwa:

Białko:

1. Zarówno kotlet schabowy, jak i wiele zamienników mięsa (takich jak kotlety roślinne) są źródłem białka. Białko jest niezbędne do budowy i naprawy tkanek w organizmie.
2. Wapń i żelazo: Niektóre zamienniki mięsa, takie jak tofu lub inne produkty sojowe wzbogacone, mogą być również źródłem wapnia i żelaza, podobnie jak kotlet schabowy.

Różnice:

1. **Kalorie:** Kotlet schabowy ma zazwyczaj wyższą zawartość kalorii niż większość zamienników mięsa, szczególnie w postaci panierowanej. Schab zawiera większą ilość tłuszczu, co przyczynia się do dostarczania większej ilości kalorii. Zamienniki mięsa, takie jak kotlety roślinne, mogą dostarczać mniej kalorii, zwłaszcza jeśli są przygotowane z warzyw, strączków lub innych składników o niskiej zawartości tłuszczu.
2. **Cholesterol:** Kotlet schabowy jest również źródłem cholesterolu, który nie występuje w zamiennikach mięsa roślinnego. Nadmiar cholesterolu w diecie może przyczyniać się do problemów zdrowotnych, takich jak miażdżyca i choroba serca.
3. **Tłuszcze:** Kotlet schabowy zawiera naturalnie występujące w mięsie znaczne ilości tłuszczów nasyconych. Zamienniki mięsa zawierają tłuszcze roślinne, które są bardziej korzystne dla zdrowia.
4. **Składniki odżywcze:** Kotlet schabowy dostarcza takie składniki odżywcze, jak żelazo, cynk oraz witaminy z grupy B. Niektóre zamienniki mięsa mogą zawierać podobne składniki odżywcze, zwłaszcza jeśli są to produkty wzbogacane, jednak skład produktu będzie się różnił w zależności od użytych składników.
5. **Błonnik:** Zamienniki mięsa roślinnego często zawierają więcej błonnika niż kotlet schabowy, który go nie zawiera. Błonnik jest korzystny dla zdrowia jelit i może pomóc w utrzymaniu prawidłowej funkcji przewodu pokarmowego.

Pamiętaj, że wartość energetyczna i odżywcza każdego z zamienników mięsa może się różnić w zależności od producenta, składników użytych do produkcji oraz sposobu przygotowania.

Wyzwanie żywieniowe: „Wykonaj polskie sushi”

Samodzielne wykonanie sushi z dostępnych produktów spożywczych pochodzenia polskiego będzie jednocześnie wspaniałym pomysłem na spędzenie czasu w rodzinie, jak i praktyczną lekcją przyrządzania nowoczesnego dania z ryby.

Film 2 tytuł: „Rozgrzewka”

Zakupiony videoboard przedstawiający propozycje prostych ćwiczeń dla całej rodziny w ramach rozgrzewki, których wykonanie powinno zawsze poprzedzać aktywność fizyczną, niezależnie od wieku. Proponujemy, aby na filmie widoczna była rodzina z dziećmi.

Animacja 2, tytuł: „Zalety zdrowotne rozgrzewki”

Animacja podkreśli zalety rozgrzewki poprzedzającej wykonywanie bardziej zaawansowanych form aktywności fizycznej. Specjalny nacisk położony zostanie na profilaktykę kontuzji będącej następstwem wykonywania ćwiczeń z pominięciem tego ważnego etapu.

Przygotowany przez zamawiającego wkład merytoryczny, zostanie przedstawiony w formie animacji. Koncepcja graficzna animacji może być wzorowana na animacji z zeszłej edycji

Konkursu: <https://www.youtube.com/watch?v=NgpBjz5yph8>

Część poniższych informacji zostanie zawarta na grafice, natomiast resztę informacji przedstawi lektor.

Roboczy wkład merytoryczny:

Rozgrzewka, czyli seria łagodnych ćwiczeń lub aktywności fizycznych, które wykonuje się przed głównym treningiem lub aktywnością sportową, może przynieść wiele korzyści zdrowotnych. Oto kilka zalet zdrowotnych rozgrzewki:

1. Przygotowanie mięśni i stawów: Rozgrzewka pomaga zwiększyć temperaturę mięśni, co z kolei zwiększa elastyczność tkanek miękkich. To znaczy, że mięśnie i stawy są lepiej przygotowane do ruchu i mniej podatne na kontuzje.
2. Poprawa krążenia krwi: Wykonywanie rozgrzewki zwiększa przepływ krwi w organizmie. To oznacza, że mięśnie otrzymują większą ilość składników odżywczych i tlenu, a jednocześnie odprowadzane są produkty przemiany materii. Szybsze krążenie krwi pomaga również ogrzewać organizm, przygotowując go do większego wysiłku.
3. Zwiększenie wydolności: Poprzez aktywację układu sercowo-naczyniowego i zwiększenie częstotliwości wdechów i wydechów, rozgrzewka przyczynia się do zwiększenia wydolności

organizmu. Jest to szczególnie ważne podczas intensywnych treningów lub zawodów sportowych, gdy organizm potrzebuje większej ilości tlenu i energii.

4. Redukcja ryzyka kontuzji: Prawidłowo wykonana rozgrzewka pomaga uniknąć urazów i kontuzji. Poprzez zwiększenie temperatury mięśni, elastyczność i mobilność stawów, organizm jest lepiej przygotowany do wykonywania dynamicznych ruchów.
5. Poprawa koordynacji i równowagi: W ramach rozgrzewki można wykonywać różne ćwiczenia, które angażują układ nerwowy i poprawiają koordynację mięśniową oraz równowagę. Przełoży się to na korzyści nie tylko podczas treningu, ale także w codziennych aktywnościach.
6. Przygotowanie mentalne: Rozgrzewka nie tylko przygotowuje organizm fizycznie, ale także pomaga w skoncentrowaniu się i przygotowaniu mentalnym do treningu lub sportu. To czas, w którym możesz skupić się na swoich celach i mentalnie przygotować się na sportowe wyzwanie.

Pamiętaj, że rozgrzewka powinna być odpowiednio dobrana do konkretnej aktywności fizycznej, którą planujesz wykonać.

Wyzwanie sportowe: tytuł: „Rodzinna rozgrzewka”

Wyzwaniem sportowym w tygodniu „zasiania” będzie wspólne przeprowadzenie rozgrzewki, jako wstępu do kolejnych form aktywności fizycznej proponowanej w dalszej części kampanii.

Wyzwanie specjalne:

brak

III. TYDZIEŃ 3

infografika wprowadzająca, opisująca wyzwanie trzeciego tygodnia: „Pielęgnuj, co zasiane”

„Pielęgnuj, co zasiane” jest metaforą do podtrzymywania wprowadzanych zmian, jako elementu niezbędnego w procesie ustanawiania nowych nawyków stylu życia całej rodziny.

Animacja 1, tytuł: „Warzywa na rodzinnym talerzu”

Animacja przedstawiająca korzyści płynące ze spożywania warzyw w każdym wieku.
Przedstawienie pojęcia „porcji” warzywa oraz zalecanej ilości spożycia warzyw w ciągu dnia.

Przygotowany przez zamawiającego wkład merytoryczny, zostanie przedstawiony w formie animacji. Koncepcja graficzna animacji może być wzorowana na animacji z zeszłych edycji Konkursu: <https://www.youtube.com/watch?v=NgpBjz5yph8>

Część poniższych informacji zostanie zawarta na grafice, natomiast resztę informacji przedstawi lektor.

Roboczy wkład merytoryczny:

Spożywanie warzyw w każdym wieku ma wiele korzyści dla zdrowia. Oto kilka głównych korzyści związanych ze spożywaniem warzyw w różnych etapach życia:

Dzieci:

1. Wzrost i rozwój: Warzywa są bogate w składniki odżywcze niezbędne do prawidłowego wzrostu i rozwoju dzieci, takie jak witaminy, minerały i błonnik.
2. Wzmacnianie układu odpornościowego: Warzywa są źródłem witaminy C i przeciwutleniaczy, które mogą pomóc w wzmocnieniu odporności i zapobieganiu infekcjom.
3. Zdrowy układ pokarmowy: Spożywanie warzyw bogatych w błonnik może pomóc w utrzymaniu zdrowego układu pokarmowego, zapobieganiu zaparciom i regulacji pracy jelit.

Dorośli:

1. Serce: Spożywanie warzyw, które są produktami o niskiej zawartości tłuszczu i bogatych w błonnik może pomóc w obniżeniu poziomu cholesterolu i ryzyka chorób serca.
2. Kontrola wagi: Warzywa są niskokaloryczne, a wspomniany wcześniej błonnik zapewnia uczucie sytości. Spożywanie warzyw pomaga w utrzymaniu zdrowej wagi i daje uczucie sytości.
3. Zdrowe starzenie się: Spożywanie warzyw bogatych w przeciwutleniacze może pomóc w ochronie komórek, również nerwowych przed uszkodzeniem, spowodowanym stresem oksydacyjnym i procesem starzenia się.

Osoby starsze:

1. Kości: Niektóre warzywa, takie jak brokuł i jarmuż, są bogate w witaminę K, która jest ważna dla zdrowia kości i może pomóc w zapobieganiu osteoporozie.
2. Mózg: Spożywanie warzyw o dużej zawartości przeciwutleniaczy może pomóc poprawić funkcje poznawcze.
3. Regulacja poziomu cukru we krwi: Warzywa o niskim indeksie glikemicznym, takie jak szpinak i kapusta, mogą pomóc w utrzymaniu stabilnego poziomu glukozy we krwi i zapobieganiu cukrzycy typu II.

Ile to dzienna porcja warzyw?

Zalecana dzienna porcja warzyw może się różnić w zależności od kilku czynników, takich jak wiek, płeć, poziom aktywności fizycznej i ogólny stan zdrowia. Jednak ogólnie zaleca się spożywanie co najmniej 400 g warzyw i owoców każdego dnia, z czego większość powinny stanowić warzywa. Pamiętaj, że każda dodatkowa porcja to kolejne korzyści dla zdrowia.

Ważne jest, aby w twojej diecie znalazły się różnorodne rodzaje warzyw, ponieważ każde z ich dostarcza różne składniki odżywcze. Jedz kolorowo, by żyć zdrowo!

Film 1, tytuł: „Kolorowy kapuśniak” (forma pionowa video)

Film przedstawiający inspirację dania, w którym głównym składnikiem są warzywa.

W kamerze widoczny jest blat oraz kuchenka. Na blacie ustawiono wszystkie składniki w odmierzonych ilościach, potrzebne do przygotowania potrawy. W realizacji filmów nie przewidziany jest udział aktorów, a jedynie ręce statysty (pracownik NIZP PZH-PIB).

W filmie nie mogą być lokowane marki produktów. Akcja filmu komentowana jest przez lektora.

Sposób pokazania

Najpierw w kadrze pokazane są wstępnie przygotowane i odmierzone składniki (posiekane, pokrojone, w naczyniach), w ilościach podanych w przepisie. Potem na ekranie widoczny jest garnek oraz ręce, które zgodnie z kolejnymi punktami zawartymi w sposobie przygotowania

potrawy, przyrządzają zupę. Ze względu na ograniczenia czasowe, moment dodawania kolejnych produktów widoczny będzie w przyśpieszeniu. W rogu ekranu obecny będzie zegar, który ukaże symboliczne przesunięcie się wskazówek, symbolizujące m.in. czas gotowania, pokazanie szczegółowych etapów gotowania, jak na przykład dodawanie składników, mieszanie. Na koniec nastąpi nalanie zupy za pomocą chochli do miseczki i prezentacja gotowej potrawy.

Potrzebne sprzęty:

- miseczki na poszczególne produkty
- garnek
- drewniana szpatułka do mieszania składników
- chochelka do nalewania zupy
- miseczka na zupę
- łyżka

Przepis do pokazania w grafice końcowej: na 5-6 porcji

- pół kapusty (ok. 500 g)
- 1 cebula
- 4 ząbki czosnku
- 3 łyżki oleju rzepakowego
- 1 łyżeczka słodkiej papryki
- 1 łyżeczka wędzonej papryki
- ½ łyżeczki ostrej papryki
- szczypta soli
- ¼ szklanki czerwonej soczewicy

- 225 g bobu (może być mrożony)
- ½ puszki kukurydzy (g)
- 1 puszka pomidorów (400 g)
- 1 ¼ litra bulionu
- pęczek koperku
- 3 łyżki soku z cytryny

Przepis do pokazania w grafice końcowej:

1. Kapustę poszatkuje, głąb zetrzyj na tarce. Cebulę pokrój w drobną kosteczkę.
2. Na dnie garnka rozgrzej olej. Dodaj pokrojoną cebulę oraz przyprawy: paprykę wędzoną, słodką, ostrą oraz sól. Smaż przez około 3 minuty.
3. Dodaj poszatkowaną kapustę, wymieszaj i smaż do momentu, aż starci na objętości.
4. Dodaj soczewicę, pomidory, bób oraz kukurydzę i duś wszystko przez około 5 minut.
5. Posiekaj pęczek koperku. Do garnka wrzuć najpierw twardsze części kopru, natomiast listki odłóż na bok.
6. Do garnka wlej bulion. Gotuj pod przykryciem, aż soczewica stanie się miękka (około 15 minut).
7. Na koniec wsyp do garnka resztę posiekanego koperku i dopraw do smaku sokiem z cytryny, solą oraz pieprzem.

Animacja 2; tytuł: „Plusy bycia aktywnymi razem”

W animacji uczestnicy konkursu poznają korzyści spędzania czasu aktywnie całą rodziną. W materiale wymienione będą korzyści dla zdrowia fizycznego, jak i psychicznego oraz pozytywnego wpływu wspólnej aktywności fizycznej na więzi rodzinne.

Przygotowany przez zamawiającego wkład merytoryczny, zostanie przedstawiony w formie animacji. Koncepcja graficzna animacji może być wzorowana na animacji z zeszłych edycji Konkursu: <https://www.youtube.com/watch?v=NgpBjz5yph8>

Część poniższych informacji zostanie zawarta na grafice, natomiast resztę informacji przedstawi lektor.

Roboczy wkład merytoryczny:

Aktywne spędzanie wolnego czasu z rodziną niesie ze sobą wiele korzyści zarówno dla rodziców, jak i dla dzieci. Oto kilka głównych korzyści:

1. Tworzenie więzi: Regularne aktywności rodzinne pomagają budować i wzmacniać więzi między członkami rodziny. Wspólne doświadczenia, rozmowy i emocje sprzyjają większej bliskości i większemu zrozumieniu między sobą.
2. Wzmacnianie zdrowia i kondycji: Aktywne spędzanie czasu z rodziną często wiąże się z aktywnością fizyczną, taką jak spacer, jazda na rowerze, gra w piłkę lub pływanie. To pomaga wzmocnić zdrowie i kondycję fizyczną wszystkich członków rodziny, promując aktywny tryb życia.
3. Uczenie się przez zabawę: Spędzanie aktywnego czasu z rodziną pozwala na uczenie się przez zabawę. Można odkrywać nowe miejsca, zdobywać umiejętności i rozwijać zainteresowania, podczas gdy jednocześnie bawimy się z najbliższymi.
4. Wspólne cele i wartości: Aktywności rodzinne mogą być okazją do omówienia wspólnych celów i wartości. Można rozmawiać o ważnych tematach, dzielić się swoimi przemyśleniami i wartościami, co może pomóc w kreowaniu silnej więzi rodzinnej.
5. Redukcja stresu: Aktywne spędzanie czasu z rodziną może również przyczynić się do poprawy zdrowia psychicznego. Wspólne działania mogą pomóc w redukcji stresu, poprawie samopoczucia i zwiększeniu poczucia satysfakcji.
6. Wzmacnianie komunikacji: Aktywności rodzinne sprzyjają lepszej komunikacji między członkami rodziny. W trakcie wspólnych działań można swobodnie rozmawiać, słuchać się nawzajem i budować zdrową atmosferę otwartości.

Aktywne spędzanie czasu z rodziną przynosi wiele korzyści zarówno na poziomie fizycznym, jak i emocjonalnym. Wspólne doświadczenia i wspomnienia są niezastąpione i tworzą silne podstawy zdrowego i szczęśliwego życia rodzinnego.

Film 2; tytuł: Zabawy ruchowe z dzieckiem w każdym wieku

Zakupiony videoboard przedstawiający propozycje zabaw ruchowych razem z dzieckiem. W zależności od wieku dziecka oraz jego możliwości padnie kilka propozycji zabaw. Proponujemy, aby na filmie widoczna była rodzina z dziećmi.

Wyzwanie sportowe; „Wasze rodzinne zabawy ruchowe”

Wyzwanie sportowe polegać będzie na odbyciu zabawy ruchowej angażującej całą rodzinę w stopniu angażującym członków rodziny adekwatnym do ich możliwości w danym momencie.

Wyzwanie specjalne: brak

IV. TYDZIEŃ 4

infografika wprowadzająca, opisująca wyzwanie czwartego tygodnia: „Zbierz plony”.

Pod hasłem „Zbierz plony” kryje się podsumowanie sukcesów całej rodziny w zakresie zmian stylu życia oraz zachęcanie innych do podjęcia podobnego wyzwania.

Animacja 1: „Jogurty pod lupą”

Animacja zapozna uczestników z podstawowymi zasadami czytania etykiet jogurtów, będących jednymi z ulubionych produktów spożywczych dzieci. Porównane zostaną wartości odżywcze jogurtów naturalnych i owocowych oraz lista ich składników recepturowych. Położony zostanie nacisk na wielkość dodatku cukru w takich produktach.

Przygotowany przez zamawiającego wkład merytoryczny, zostanie przedstawiony w formie animacji. Koncepcja graficzna animacji może być wzorowana na animacji z zeszłych edycji

Konkursu: <https://www.youtube.com/watch?v=NgpBjz5yph8>

Część informacji zostanie zawarta na grafice, natomiast resztę informacji przedstawi lektor.

Film 1 (+ rolka na Instagrama); „Pomysł na domowe jogurty smakowe”

Film przedstawi przepisy na szybkie, proste i smaczne jogurty smakowe na bazie jogurtu o smaku naturalnym i zdrowych dodatków smakowych. Film pokaże, jak bazując na jednym produkcie, którym jest jogurt, można szybko uzyskać wiele smakowitych i kolorowych dań dla wszystkich członków rodziny.

W kamerze widoczny jest blat. Na blacie ustawiono wszystkie składniki w odmierzonych ilościach, potrzebne do przygotowania jogurtów smakowych. W realizacji filmów nie przewidziany jest udział aktorów, a jedynie ręce statysty (pracownik NIZP PZH-PIB).

W filmie nie mogą być lokowane marki produktów. Akcja filmu komentowana jest przez lektora.

Sposób pokazania

W kadrze pokazane są wstępnie przygotowane i odmierzone składniki (posiekane, pokrojone, w naczyniach), w ilościach podanych w przepisie. Ręce ukazane na ekranie, zgodnie z kolejnymi punktami zawartymi w sposobie przygotowania potrawy, przygotowują dany jogurt smakowy. Ze względu na ograniczenia czasowe, w filmie pokazane będzie błyskawiczne przygotowanie jogurtów (po około 10 sekund na każdy jogurt) oraz końcowe zestawienie wszystkich propozycji w jednym ujęciu.

Potrzebne sprzęty:

- miseczki na poszczególne produkty
- miseczka/opakowanie na jogurt
- łyżeczki do nabierania składników
- łyżeczka do mieszania składników

Przepis do pokazania w grafice końcowej:

- Jogurt „Nocny las” (jagody, maliny, borówki)

Składniki: jogurt o smaku naturalnym, owoce jagodowe, listki mięty, nasiona chia

- Jogurt „Czerwone korale” (opcjonalnie wiśniowy)

Składniki: jogurt o smaku naturalnym, truskawka/wiśnia, gotowany burak, cynamon

- Jogurt „Czekolada z chili” (kakao)

Składniki: jogurt o smaku naturalnym, kakao naturalne, ostra papryka w proszku

- Jogurt „Chłodnikowy” (wytrawny)

Składniki: jogurt o smaku naturalnym, koperek, ogórek, rzodkiewka

Przepis do pokazania w grafice końcowej:

1. Jogurt przełóż do miseczki/pojemnika.
2. Dodaj do jogurtu składniki dedykowane do konkretnego przepisu.

Wyzwanie żywieniowe; tytuł: „Wasz autorski jogurt smakowy”

Wyzwaniem żywieniowych czwartego tygodnia będzie przygotowanie własnej wersji smakowej napoju przygotowanego na bazie jogurtu naturalnego i zdrowych dodatków smakowych.

Film 2; tytuł: „Prosty układ choreograficzny dla całej rodziny”

Zakupiony videoboard przedstawiający instruktaż prostego układu choreograficznego, przy którym będzie się bawić w sposób aktywny cała rodzina. Proponujemy, aby na filmie widoczna była rodzina z dziećmi.

Animacja 2; tytuł: „Taniec jako forma aktywności fizycznej”

Animacja przestawi korzyści z uprawiania tańca jako formy aktywności fizycznej dla wszystkich członków rodziny.

Przygotowany przez zamawiającego wkład merytoryczny, zostanie przedstawiony w formie animacji. Koncepcja graficzna animacji może być wzorowana na animacji z zeszłych edycji Konkursu: <https://www.youtube.com/watch?v=NgpBjzsyph8>

Część poniższych informacji zostanie zawarta na grafice, natomiast resztę informacji przedstawi lektor.

Roboczy wkład merytoryczny:

Uprawianie tańca jako formy aktywności fizycznej może przynieść wiele korzyści dla wszystkich członków rodziny. Oto kilka głównych zalet:

1. Poprawa kondycji fizycznej: Taniec to świetny sposób na poprawę ogólnej kondycji fizycznej. Regularne tańczenie może zwiększyć wytrzymałość, siłę mięśniową, gibkość i koordynację. Ruchy taneczne angażują różne partie ciała, co pomaga wzmocnić mięśnie, poprawić postawę i zapobiegać wielu problemom zdrowotnym, takim jak otyłość czy choroby serca.
1. Wzmacnianie układu sercowo-naczyniowego: Tańce o większym natężeniu, takie jak taniec latynoamerykański czy hip-hop, mogą przyspieszyć puls i zwiększyć wydolność serca. Regularna aktywność taneczna może pomóc w obniżeniu ryzyka chorób serca i nadciśnienia tętniczego.
2. Poprawa koordynacji i równowagi: Taniec jest doskonałym sposobem na rozwijanie koordynacji ruchowej. Regularne praktykowanie różnych stylów tańca pozwala na doskonalenie precyzji ruchów, sprzyja rozwojowi koordynacji i zdolności motorycznych.

3. Redukcja stresu i poprawa samopoczucia: Tańczenie to nie tylko forma aktywności fizycznej, ale także wyraz emocji i sposobność do wyrażenia siebie. Taniec może pomóc w redukcji stresu, poprawie nastroju oraz ogólnego samopoczucia. To doskonały sposób na wyrażenie emocji i rozwijanie kreatywności.
4. Budowanie więzi rodzinnych: Taniec może być wspólną aktywnością dla całej rodziny, która integruje i wzmacnia relacje. Taniec wymaga współpracy, synchronizacji i komunikacji między partnerami, co pomaga zacieśnić więzi między członkami rodziny. To także świetna okazja do spędzania czasu razem i tworzenia wspólnych wspomnień.
5. Poprawa zdrowia psychicznego: Aktywność fizyczna, w tym taniec, ma udowodnione korzyści dla zdrowia psychicznego. Regularne tańczenie może poprawić samopoczucie oraz zwiększyć poziom energii i pozytywnego nastawienia.
6. Rozwój artystyczny: Taniec to forma sztuki, która rozwija wyobraźnię, kreatywność i wrażliwość artystyczną. Uprawianie tańca może pomóc członkom rodziny odkryć i rozwijać swoje talenty artystyczne.
7. Rozwijanie umiejętności społecznych: Taniec jest również świetnym narzędziem do rozwijania umiejętności społecznych, zwłaszcza u dzieci. Tańce grupowe lub tańce towarzyskie uczą szacunku dla partnera, komunikacji werbalnej i niewerbalnej, oraz pracy zespołowej.
8. Wzmacnianie pewności siebie: Poprzez uczenie się nowych kroków tanecznych i doskonalenie techniki, uczestnicy tanecznego treningu mogą zyskać większą pewność siebie. Sukcesy w tańcu mogą przyczynić się do budowania pozytywnego obrazu siebie i zwiększenia pewności siebie.
9. Radość i zabawa: Najważniejszą korzyścią z uprawiania tańca jest radość i zabawa, jakie towarzyszą tej aktywności. Taniec pozwala na wyrażenie siebie, czerpanie przyjemności z muzyki i poruszanie się w rytmie. Jest to również doskonała okazja do oderwania się od codziennych obowiązków w kierunku dobrej zabawy.

Podsumowując, taniec jako forma aktywności fizycznej dla wszystkich członków rodziny przynosi korzyści zarówno dla zdrowia fizycznego, jak i psychicznego. Wspólne tańczenie wzmacnia więzi rodzinne, rozwija umiejętności społeczne i dostarcza wiele radości i zabawy.

Wyzwanie sportowe; tytuł: „Zaprezentujcie Wasz własny układ choreograficzny”

Wyzwaniem sportowym czwartego tygodnia będzie nagranie własnego układu choreograficznego wykonanego przez wszystkich członków rodziny.

Infografika; tytuł: „Zioła i przyprawy zamiast soli”

Infografika przedstawiająca najpopularniejsze przyprawy i zioła do użycia zamiast soli wraz z informacją do jakich dań można je wykorzystać.

Wyzwanie specjalne; Zараż entuzjazmem innych”

Wyzwaniem będzie przygotowanie posiłku roślinnego bez użycia soli dla rodziny i zaproszonych gości, do którego zostały użyte zioła z własnego ogródka parapetowego, jako podsumowanie kampanii i podzielenie się entuzjazmem z innymi.

1.5. Media wymagane w kampanii promującej Akcję

Promocja konkursu „Rodzinna Akcja: Zdrowa Rywalizacja” pod hasłem „Zasiej Zdrowie” powinna być promowana przez Wykonawcę w mediach społecznościowych, portalach parentingowych oraz w radiu.

Wykonawca będzie zobowiązany do utworzenia i opublikowania na fanpage’u Facebook oraz na Instagramie NCEŻ, w porozumieniu z Zamawiającym :

- 2 postów sponsorowanych oraz relacji (story) z linkiem przekierowującym do strony z rejestracją do konkursu, które zostaną opublikowane na 2 tygodnie przed rozpoczęciem Konkursu,

- 2 postów sponsorowanych w czasie trwania Konkursu, których promocja będzie trwać co najmniej 7 dni kalendarzowych.

Wykonawca zamieści 1 artykuł sponsorowany opracowany przez Zamawiającego, zawierający link do platformy Akcji wraz z opracowaną przez siebie grafiką na portalu internetowym dedykowanym rodzicom. Poza tym Wykonawca zamieści 1 artykuł na stronę internetową Narodowego Centrum Edukacji Żywnościowej opracowany przez Zamawiającego. Wykonawca powinien zorganizować przynajmniej 2 wywiady radiowe z udziałem ekspertów Narodowego Centrum Edukacji Żywnościowej oraz przygotować i zakupić 50 radiowych spotów reklamowych.

Wykonawca zobowiązany jest do wypromowania konkursu – przy czym promocja konkursu musi rozpocząć się 2 tygodnie przed jego rozpoczęciem.

Przebieg kampanii promocyjnej z elementami edukacyjno-informacyjnymi ma wpłynąć na zachęcenie rodzin do udziału w konkursie oraz motywację całych rodzin (dzieci, rodzice, dziadkowie) do zmiany nawyków żywieniowych oraz zachęcać do podjęcia aktywności fizycznej. Celem Akcji jest budowanie zdrowych nawyków żywieniowych u dzieci, a u dorosłych zmiana nawyków na zdrowsze. W ramach Konkursu „Rodzinna Akcja: Zdrowa Rywalizacja” podkreślamy, jak ważny jest przykład rodziny i wspólne zaangażowanie w budowaniu zdrowych nawyków żywieniowych.

1.6. Główne zadania Wykonawcy w ramach organizacji Konkursu „Rodzinna Akcja: Zdrowa Rywalizacja”

1) Opracowanie przez Wykonawcę:

- harmonogramu działań, uwzględniającego: przebieg działań promocyjnych, kalendarz realizacji poszczególnych wyzwań, przebieg Konkursu,
- scenariuszy na podstawie szczegółowo opracowanych wytycznych Zamawiającego
- oprawy graficznej wyzwań, infografik, animacji i filmów nawiązujących do materiałów z zeszłego roku (punkt 1.4. OPZ),
- oraz produkcji nowych 8 filmów, 8 animacji i 5 infografik w porozumieniu z Zamawiającym.

Treści merytoryczne, Koncepcja Kreatywna oraz koncepcja graficzna i koncepcja udźwiękowienia stworzone są przez Zamawiającego (punkt 1.4. OPZ), a Wykonawca jest zobowiązany do opracowania kontynuacji graficznej i dźwiękowej tych treści.

2) Stworzenie nowej, intuicyjnej, prostej platformy internetowej, poświęconej „Rodzinnej Akcji: Zdrowej Rywalizacji” zgodnej z wymogami CMS typu open source. Platforma powinna zawierać:

- informacje o nowym Konkursie,
- materiały z poprzednich edycji, zebrane w jednym miejscu - panel do rejestracji i logowania,
- aktywny przycisk z hiperłączem do Centrum Dietetyczne Online oraz Narodowe Centrum Edukacji Żywnościowej,
- logotypy podmiotów realizujących zadaniu i informację o finansowaniu,
- informacje o rozpoczęciu i zakończeniu konkursu,
- przejrzystą i prostą podstronę dla użytkownika jak i moderatora konkursu.

Szczegóły dotyczące wymagań do strony internetowej oraz panelu administracyjnego konkursu "Rodzinna Akcja: Zdrowa Rywalizacja" znajdują się w punkcie 2. tego OPZ.

- 2) **Wykonawca jest odpowiedzialny, w porozumieniu z Zamawiającym, za stworzenie regulaminu Akcji i opublikowanie go na stronie; w panelu rejestracji, uwzględniając obowiązkowe zgody m.in. akceptację regulaminu.**
- 3) Przygotowanie kontynuacji Koncepcji Graficznej Konkursu i Kampanii z zeszłego roku. Grafika Konkursu i Kampanii wraz z harmonogramem podlega akceptacji Zamawiającego.
- 4) Przygotowanie i przeprowadzenie za pośrednictwem mediów społecznościowych należących do NCEŻ kampanii promującej Akcję, w tym za pomocą postów sponsorowanych, finansowanych przez Wykonawcę. Wszystkie treści postów podlegają akceptacji Zamawiającego. Wykonawca zobowiązuje się do promocji Akcji za pośrednictwem sponsorowanych spotów radiowych oraz sponsorowanych audycji/wywiadów w radiu. Czas trwania kampanii to minimum 2 tygodnie, przy czym musi się ona rozpocząć przed wydarzeniem.
- 5) Przygotowanie i przeprowadzenie 4-tygodniowej akcji „Rodzinna Akcja: Zdrowa Rywalizacja” pod hasłem: „Zasiej Zdrowie”, w tym:
 - a) Wyprodukowanie 8 filmów edukacyjnych, dotyczących zdrowego żywienia oraz aktywności fizycznej.

- b) Wyprodukowanie 8 animacji, dotyczących zdrowego żywienia oraz aktywności fizycznej.
- c) Wyprodukowanie 5 infografik edukacyjnych, dotyczących zdrowego żywienia oraz aktywności fizycznej.

2. Podstawowe wymagania do strony internetowej oraz panelu administracyjnego konkursu "Rodzinna Akcja: Zdrowa rywalizacja."

Wykonawca zobowiązany jest do stworzenia strony internetowej oraz panelu administracyjnego według zaleceń Zamawiającego.

Numer wymagania	Treść wymagania	
PK.OGÓLNE	Wymagania ogólne	
PK.OGÓLNE.1	Rozwiązanie składa się z ogólnodostępnej strony internetowej konkursu, panelu administracyjnego oraz bazy danych przechowującej m.in. dane kont użytkowników panelu administracyjnego, uczestników konkursu, dane poszczególnych edycji konkursu, w tym: harmonogram konkursu, materiały edukacyjne, dane konkursowe (np. materiały przekazane przez użytkowników, punktację, oceny komisji konkursowej).	
PK.OGÓLNE.2	Rozwiązanie obsługuje wiele edycji konkursu.	
PK.OGÓLNE.3	Każda edycja konkursu posiada hasło przewodnie, harmonogram konkursu wraz z zadaniami konkursowymi, materiały edukacyjne oraz dedykowane strony internetowe zawierające m.in. opis edycji, regulamin czy wyniki konkursu (listę laureatów).	

PK.OGÓLNE.4	Rozwiązanie posiada interfejs użytkownika w języku polskim.	
PK.OGÓLNE.5	Rozwiązanie używa standardu kodowania znaków UTF-8.	
PK.OGÓLNE.6	Rozwiązanie zapewnia oddzielenie zarządzania treścią od stylu poszczególnych elementów oraz zapewnia spójność wizualną poszczególnych stron.	
PK.OGÓLNE.7	Rozwiązanie umożliwia utworzenie oddzielnych stylów dla poszczególnych edycji konkursu przy jednoczesnym zachowaniu poprzednich stylów dla edycji archiwalnych.	
PK.OGÓLNE.8	Wykonawca zobowiązuje się dostarczyć przetestowane pod kątem funkcjonalności oraz wydajności (w tym z poziomu użytkownika) Rozwiązanie wraz z utworzoną edycją konkursu na rok 2023 zawierającą treści dostarczone przez Zamawiającego oraz treści wytworzone w ramach niniejszego SOPZ.	
PK.OGÓLNE.9	W zakresie silnika bazy danych, CMS oraz innych użytych komponentów i bibliotek Zamawiający zakłada użycie oprogramowania Open Source, użycie oprogramowania COTS jest możliwe pod warunkiem, że Wykonawca dostarczy Zamawiającemu bezterminowe licencje na to oprogramowanie.	
PK.STRKON	Strona internetowa konkursu	
PK.STRKON.1	Strona konkursu oparta jest o silnik CMS, który za pośrednictwem Panelu administracyjnego umożliwia Zamawiającemu samodzielne zarządzanie treścią Strony.	

PK.STRKON.2	Strona konkursu musi spełniać wymagania zapisane w ustawie z dnia 4 kwietnia 2019 r. o dostępności cyfrowej stron internetowych i aplikacji mobilnych podmiotów publicznych (Dz.U. 2019 poz. 848).	
PK.STRKON.3	Strona konkursu poprawnie wyświetla się na przeglądarkach Microsoft Edge, Mozilla Firefox, Google Chrome, Opera, Safari, Samsung Internet Browser oraz ich mobilnych odpowiednikach w systemie iOS oraz Android.	
PK.STRKON.4	Strona konkursu jest zoptymalizowana pod kątem trzech najczęściej używanych rozdzielczości na urządzeniach desktop i trzech najczęściej używanych rozdzielczości na urządzeniach mobilnych w roku 2023 w Polsce.	
PK.STRKON.5	Styl oraz kolorystyka Strony konkursu musi nawiązywać do stylistyki i kolorystyki strony konkursowej ubiegłych edycji: https://rodzinnaakcja.pzh.gov.pl/	
PK.STRKON.6	Strona startowa konkursu prezentuje bieżącą edycję konkursu.	
PK.STRKON.7	Strona konkursu udostępnia archiwalne edycje konkursu.	
PK.STRKON.8	Strona konkursu zawiera część dostępną dla niezalogowanego użytkownika oraz część konkursową dostępną wyłącznie dla zalogowanych użytkowników (uczestników konkursu).	
PK.STRKON.NU	Cześć dostępna dla niezalogowanego użytkownika	

<p>PK.STRKON.NU.1</p>	<p>Część dostępna dla niezalogowanego użytkownika musi zawierać co najmniej:</p> <ul style="list-style-type: none"> • stronę startową zawierającą informacje na temat kampanii oraz bieżącej edycji konkursu • stronę regulaminu konkursu, polityki prywatności oraz deklaracji dostępności • strony stanowiące bazę wiedzy danej edycji konkursu zorganizowane w sposób hierarchiczny i zawierające materiały edukacyjne w postaci artykułów, infografik, animacji oraz odnośników do materiałów wideo umieszczonych w serwisach YouTube, Instagram • stronę z informacjami o Centrum Dietetycznym Online • stronę z informacjami o laureatach konkursu (dostępna po zamknięciu danej edycji konkursu) <p>Strony wymienione powyżej muszą zostać utworzone z poziomu Panelu administracyjnego przy użyciu edytora stron.</p>	
<p>PK.STRKON.NU.2</p>	<p>Każda strona zawiera:</p> <ul style="list-style-type: none"> • nagłówek z logo danej edycji oraz logo organizatorów • menu z odnośnikami do poszczególnych podstron, do zawartości archiwalnych edycji konkursu, odnośnik do strony 	

	<p>logowania lub rejestracji uczestnika</p> <ul style="list-style-type: none"> • stopkę zawierającą informacje o organizatorze konkursu oraz odnośniki do mediów społecznościowych 	
PK.STRKON.NU.3	<p>Możliwy jest podgląd archiwalnych edycji konkursu. W przypadku edycji konkursu przeprowadzonej przy użyciu Rozwiązania, wyświetlane są strony archiwalnej edycji w części dostępnej dla niezalogowanego użytkownika. W przypadku starszych edycji konkursu, nie przeprowadzonych przy użyciu Rozwiązania odnośnik przekierowuje do zewnętrznej strony danej edycji.</p>	
PK.STRKON.ZU	<p>Część dostępna dla zalogowanego użytkownika (uczestnika konkursu)</p>	
PK.STRKON.ZU.1	<p>Po zalogowaniu w menu Strony konkursu dostępna jest informacja o zalogowanym użytkowniku (awatar) wraz z możliwością przejścia do danych konta uczestnika, wylogowania oraz dostępny jest link strony zadań konkursowych.</p>	
PK.STRKON.ZU.2	<p>Po zalogowaniu wyświetla się strona zadań konkursowych zawierająca:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sekcję z aktualnym statusem: liczba zadań wykonanych, liczba zadań do wykonania, sumaryczną liczbę zdobytych punktów zalogowanego Uczestnika • sekcję zawierającą informację o dacie publikacji kolejnego zadania konkursowego 	

	<ul style="list-style-type: none"> sekcję zawierającą listę opublikowanych zadań konkursowych, pojedynczy wiersz zawiera informację o nazwie zadania, typie zadania, dacie publikacji, terminie realizacji, statusie realizacji <p>Strona musi zostać utworzona z poziomu Panelu administracyjnego przy użyciu edytora stron.</p>	
PK.STRKON.ZU.3	Kliknięcie na dane zadanie powoduje przejście do szczegółów zadania (lub opcjonalnie rozwinięcie panelu ze szczegółami zadania w ramach listy.	
PK.STRKON.ZU.4	Szczegóły zadania konkursowego zawierają informacje prezentowane na liście oraz dodatkowo grafiki ilustracyjne, opis zadania, odnośniki do artykułów w bazie wiedzy, możliwość dodania przez użytkownika pliku graficznego lub video oraz przycisku oznaczenia realizacji zadania.	
PK.STRKON.ZU.5	W przypadku zadań konkursowych z przekroczonym terminem realizacji, Uczestnik może zadanie podejrzeć, natomiast nie ma możliwości wykonania żadnych akcji. W szczegółach zadania powinna się również pojawić odpowiednia informacja o przekroczonym terminie realizacji.	
PK.STRKON.ZU.6	W przypadku gdy do danego zadania zdefiniowano pytanie konkursowe, zostaje ono wyświetlone po kliknięciu w przycisk oznaczenia realizacji zadania. Poprawna odpowiedź powoduje uzyskanie przez Uczestnika punktu oraz wyświetlenie	

	odpowiedniej informacji. W przypadku błędnej odpowiedzi Uczestnik ma możliwość ponownej odpowiedzi na pytanie konkursowe.	
PK.STRKON.KU	Konto uczestnika konkursu	
PK.STRKON.KU.1	Założenie konta uczestnika odbywa się poprzez podanie adresu e-mail oraz hasła.	
PK.STRKON.KU.2	W przypadku gdy istnieje w systemie konto powiązane z podanym adresem e-mail, uczestnikowi wyświetla się odpowiedni komunikat oraz link do strony logowania i strony odzyskania hasła.	
PK.STRKON.KU.3	Zakładając konto uczestnik poprzez zaznaczenie checkboxów wyraża zgodę na: <ul style="list-style-type: none"> • przetwarzanie danych osobowych • akceptuje regulamin konkursu (treść akceptacji regulaminu zawiera odnośnik do strony regulaminu konkursu) 	
PK.STRKON.KU.4	Uczestnik otrzymuje na podany adres e-mail powiadomienie z linkiem aktywacyjnym po uruchomieniu którego użytkownik otrzymuje dostęp do konta użytkownika. Link aktywacyjny generowany jest losowo i posiada określony parametrem konfiguracyjnym czas życia.	
PK.STRKON.KU.5	W przypadku próby zalogowania bez uprzedniej aktywacji, uczestnikowi wyświetla się odpowiedni komunikat oraz propozycja ponownego wysłania linku aktywacyjnego.	

PK.STRKON.KU.6	Uczestnik ma możliwość odzyskania zapomnianego hasła poprzez wysłanie powiadomienia z linkiem do strony resetowania hasła na podany podczas rejestracji adres e-mail.	
PK.STRKON.KU.7	Po pierwszorazowym logowaniu uczestnik uzupełnia dane poprzez wprowadzenie: nazwy uczestnika, województwa zamieszkania, miejscowości zamieszkania oraz opcjonalnie ma możliwość wyboru awatara spośród listy zdefiniowanych dla danej edycji konkursu grafik.	
PK.STRKON.KU.8	Zalogowany uczestnik ma możliwość modyfikacji: <ul style="list-style-type: none"> • nazwy uczestnika • awatara • województwa zamieszkania • miejscowości zamieszkania • zgody na otrzymywanie powiadomień mailowych oraz podglądu treści zgód związanych z przetwarzaniem danych osobowych oraz akceptacji regulaminu konkursu.	
PK.STRKON.KU.9	Zalogowany uczestnik ma możliwość usunięcia swojego konta. Usunięcie konta powinno zostać poprzedzone stroną informacyjną z przyciskiem potwierdzenia operacji.	
PK.PA	Panel administracyjny	
PK.PA.KUŻ	Zarządzanie kontami użytkowników Panelu administracyjnego	

PK.PA.KUŻ.1	Użytkownik Panelu administracyjnego loguje się za pomocą adresu e-mail oraz hasła.	
PK.PA.KUŻ.2	<p>Użytkownik Panelu administracyjnego może posiadać uprawnienia do:</p> <ul style="list-style-type: none"> • zarządzania kontami użytkowników Panelu administratora • zarządzania kontami uczestników konkursu • zarządzania edycjami konkursu • zarządzania treścią stron • zarządzania bazą wiedzy • zarządzania zadaniami konkursowymi • zarządzania powiadomieniami • oceniania zadań konkursowych 	
PK.PA.KUŻ.3	Ilekcroć w dalszych wymaganiach występuje sformułowanie użytkownik, należy rozumieć użytkownika posiadającego uprawnienie do danej funkcjonalności.	
PK.PA.KUŻ.4	Panel administracyjny zawiera listę kont użytkowników Panelu administracyjnego wraz z operacjami utworzenia nowego konta użytkownika, modyfikacji konta użytkownika, resetu hasła, zablokowania konta użytkownika, usunięcia konta użytkownika	
PK.PA.KUCZ	Zarządzanie kontami uczestników Strony konkursu	

PK.PA.KUCZ.1	Użytkownik ma możliwość podglądu listy Uczestników wraz z liczbą zdobytych punktów w podziale na punkty przyznane automatycznie, punkty przyznane przez komisję konkursową, sumaryczna liczba punktów.	
PK.PA.KUCZ.2	Lista Uczestników może zostać posortowana wg nazwy Uczestnika, województwa, miejscowości, liczby punktów.	
PK.PA.KUCZ.3	Konto Uczestnika może zostać zawieszono.	
PK.PA.KUCZ.4	Konta Uczestników mogą zostać trwale usunięte (wybrane lub wszystkie).	
PK.PA.KUCZ.5	Lista kont Uczestników może zostać wyeksportowana do pliku w formacie csv.	
PK.PA.POW	Zarządzanie szablonami powiadomień	
PK.PA.POW.1	Funkcjonalność umożliwia tworzenie oraz modyfikację szablonów powiadomień e-mail do uczestników konkursu.	
PK.PA.POW.2	Powiadomienia tworzone są na podstawie aktywnych szablonów i wysyłane do uczestników konkursu, którzy wyrazili zgodę na otrzymanie powiadomień e-mail, w sposób automatyczny w wyniku określonego zdarzenia lub w określonym terminie.	
PK.PA.POW.3	Panel administracyjny zawiera ekran listy szablonów. W wierszu powiadomienia prezentowana jest nazwa szablonu, typ zdarzenia wyzwającego, status szablonu.	
PK.PA.POW.4	Panel administracyjny umożliwia dodanie/edycję/usunięcie szablonu powiadomienia.	

PK.PA.POW.5	<p>Ekran dodania/edycji szablonu zawiera:</p> <ul style="list-style-type: none"> • nazwę szablonu • status szablonu: aktywny/nieaktywny • typ zdarzenia aktywujący wysyłkę powiadomień: założenie konta uczestnika, przypomnienie hasła, pojawienie się nowego zadania konkursowego, przypomnienie o terminie zakończenia zadania, zdarzenie wysyłane w określonym terminie • edytor WYSIWYG (analogiczny jak w przypadku edycji stron konkursu) umożliwiający edycję treści powiadomienia • przycisk zapisu szablonu oraz przycisk powrotu do listy szablonów 	
PK.PA.POW.6	<p>Edytor treści szablonu powinien udostępniać zmienne, które podczas tworzenia zostaną zamienione na odpowiednie wartości, przynajmniej nazwę użytkownika, bieżącą datę, nazwę bieżącego zadania konkursowego, datę publikacji bieżącego zadania konkursowego, datę zakończenia bieżącego zadania konkursowego, link aktywacyjny, link resetu hasła.</p>	
PK.PA.ED	Zarządzanie edycjami konkursu	
PK.PA.ED.1	Panel administracyjny zawiera listę edycji konkursu. W wierszu danej edycji	

	prezentowana jest nazwa edycji, data rozpoczęcia, data zakończenia, status.	
PK.PA.ED.2	Panel administracyjny umożliwia utworzenie/modyfikację edycji konkursu.	
PK.PA.ED.3	Ekran dodania/modyfikacji edycji konkursu zawiera: <ul style="list-style-type: none"> • nazwę • datę rozpoczęcia oraz datę zakończenia • status: planowana, w czasie trwania, zakończona, archiwalna • przycisk zapisu danych edycji oraz powrotu do listy edycji 	
PK.PA.ED.4	Dla wybranej edycji konkursu istnieją odwołania do: <ul style="list-style-type: none"> • zarządzania treścią stron edycji konkursu, odwołanie jest aktywne dla edycji w statusie: planowana, w czasie trwania, zakończona • zarządzaniem bazą wiedzy danej edycji, odwołanie jest aktywne dla edycji w statusie: planowana, w czasie trwania, zakończona • zarządzaniem zadaniami konkursowymi, odwołanie jest aktywne dla edycji w statusie: planowana, w czasie trwania • oceny prac konkursowych poszczególnych uczestników dla edycji w statusie: w czasie trwania, zakończona 	

	<ul style="list-style-type: none"> • statystyk edycji konkursu zawierających: <ul style="list-style-type: none"> ○ liczbę Uczestników ○ liczbę aktywnych Uczestników (tzn. takich, którzy otrzymali przynajmniej jeden punkt) ○ liczbę nadesłanych prac konkursowych w podziale na poszczególne zadania konkursowe ○ liczbę pozostałych do oceny przez komisję konkursową prac wysłanych przez Uczestników w podziale na poszczególne zadania konkursowe 	
PK.PA.ED.5	Edycja konkursu w statusie: planowana nie jest dostępna na Stronie konkursu.	
PK.PA.ED.6	Edycja konkursu w statusie: archiwalna jest dostępna na Stronie konkursu z poziomu menu z listą poprzednich edycji	
PK.PA.ED.7	Edycja konkursu w statusie: w trakcie trwania lub zakończona jest dostępna z poziomu strony startowej Strony konkursu	
PK.PA.CMS	Zarządzanie treścią stron wybranej edycji konkursu	
PK.PA.CMS.1	Panel administracyjny zawiera listę stron wybranej edycji konkursu. W wierszu prezentowana jest nazwa strony oraz jej status.	

PK.PA.CMS.2	Panel administracyjny umożliwia dodanie/modyfikację/usunięcie strony	
PK.PA.CMS.3	<p>Ekran dodania/modyfikacji zawiera:</p> <ul style="list-style-type: none"> • nazwę strony (title) • opis strony (description) • status strony: robocza (strona nie jest dostępna dla użytkowników Strony konkursu), opublikowana • zaznaczenie czy dana strona jest stroną główną, w ramach danej edycji może istnieć tylko jedna strona oznaczona tą flagą • zaznaczenie czy dana strona jest dostępna jedynie dla zalogowanych uczestników konkursu • edytor WYSIWYG treści strony • przycisk zapisu strony oraz przycisk powrotu do listy stron 	
PK.PA.CMS.4	<p>Edytor WYSIWYG umożliwia co najmniej:</p> <ul style="list-style-type: none"> • formatowanie tekstu wg zdefiniowanych stylów, co najmniej określających tytuł strony, tytuł sekcji, treść, treść wyróżnioną • możliwość formatowania czcionki zaznaczonego tekstu: rozmiar, font, pogrubienie, kursywa, podkreślenie • wyrównanie zaznaczonego tekstu (do prawej, do lewej, centrowanie, justowanie) 	

	<ul style="list-style-type: none"> • wstawienie listy punktowej oraz numerowanej • wstawienie sekcji strony oraz wybór stylu sekcji • wybór stylu danej sekcji powinien określać kolor tła oraz kolorystykę poszczególnych stylów tekstu, wymagane są co najmniej trzy predefiniowane style sekcji • wstawienie odnośników do: strony, w tym określonej sekcji strony, konkretnego materiału z bazy wiedzy, strony zewnętrznej • określenia stylu odnośnika, co najmniej: przycisk, odnośnik tekstowy, odnośnik tekstowy z ikoną • wstawienie grafik w formacie png, jpg, bmp wraz z określeniem rozmiaru, położenia, marginesów grafiki oraz tekstu alternatywnego • wstawienie szablonu listy materiałów edukacyjnych • wstawienie szablonu listy zadań konkursowych • podgląd i edycję strony w postaci źródłowej 	
<p>PK.PA.CMS.5</p>	<p>Panel administracyjny umożliwia edycję szablonów:</p> <ul style="list-style-type: none"> • nagłówka strony, który domyślnie występuje na każdej stronie 	

	<ul style="list-style-type: none"> • menu, które domyślnie występuje na każdej stronie • stopki, która domyślnie występuje na każdej stronie • list materiałów edukacyjnych danego rodzaju (np. „przepisy kulinarne”, „ćwiczenia sportowe”) z bazy wiedzy, możliwe jest określenie formatowania listy oraz sposobu wyświetlania: odnośnik z ikoną, odnośnik z miniaturką • listy zadań konkursowych • treści zgód wyświetlanych podczas zakładania konta Uczestnika <p>Edycja szablonu realizowana jest za pomocą edytora WYSIWYG analogicznego jak edycji strony.</p>	
PK.PA.BW	Zarządzanie bazą wiedzy wybranej edycji konkursu	
PK.PA.BW.1	Panel administracyjny zawiera listę materiałów edukacyjnych, tj. grafik w formacie png, jpg lub bmp, plików w formacie pdf, odnośników do materiałów video umieszczonych w serwisie YouTube, Instagram danej edycji konkursu.	
PK.PA.BW.2	Panel administracyjny umożliwia dodanie/modyfikację/usunięcie materiału edukacyjnego.	
PK.PA.BW.3	Ekran dodania/modyfikacji materiału edukacyjnego zawiera: <ul style="list-style-type: none"> • nazwę materiału 	

	<ul style="list-style-type: none"> • rodzaj materiału w postaci wartości tekstowej (np. "przepisy kulinarne", "ćwiczenia sportowe") • miniaturkę materiału w postaci pliku graficznego png lub jpg, powinna istnieć możliwość automatycznego wygenerowania miniaturki materiału • przypisanie ikony w postaci pliku graficznego png, jpg • odnośnik do materiału video w serwisie Youtube oraz Instagram • pole wyboru pliku stanowiącego materiał edukacyjny z dysku • przycisk zapisu materiału oraz przycisk powrotu do listy materiałów edukacyjnych 	
PK.PA.ZAD	Zarządzanie zadaniami konkursowymi wybranej edycji konkursu	
PK.PA.ZAD.1	Panel administracyjny zawiera listę zadań konkursowych dla danej edycji konkursu. W wierszu prezentowana jest nazwa zadania, typ zadania, data publikacji, data zakończenia	
PK.PA.ZAD.2	Panel administracyjny umożliwia dodanie/modyfikację/usunięcie zadania konkursowego	
PK.PA.ZAD.3	Ekran dodania/modyfikacji zadania konkursowego zawiera: <ul style="list-style-type: none"> • nazwę zadania konkursowego • datę publikacji zadania 	

	<ul style="list-style-type: none"> • datę zakończenia zadania • typ zadania: sportowe, żywieniowe, specjalne • edytor WYSIWYG (analogiczny jak w przypadku edycji stron konkursu) umożliwiający edycję treści zadania • zaznaczenie czy w ramach zadania użytkownik ma możliwość przekazania pracy konkursowej (np. zdjęcia, filmu, pliku doc, txt) • zaznaczenie czy do zadania przypisane jest pytanie konkursowe • przycisk zapisu zadania oraz przycisk powrotu do listy zadań 	
PK.PA.ZAD.4	Pytanie konkursowe przypisane do zadania zawiera treść pytania oraz poprawną odpowiedź. Pytanie konkursowe może być zaprezentowane w postaci pola tekstowego lub pola wyboru poprawnej odpowiedzi z listy dostępnych.	
PK.PA.ZAD.5	Do danego typu zadania przypisany jest określony styl określający kolor tła oraz kolorystykę poszczególnych stylów tekstu.	
PK.PA.OC	Ocena zadań konkursowych	
PK.PA.OC.1	Funkcjonalność dostępna jest dla edycji konkursu w statusie: w czasie trwania, zakończona	
PK.PA.OC.2	W ramach listy zadań konkursowych (patrz punkt Zarządzanie zadaniami konkursowymi wybranej edycji konkursu) komisja konkursowa posiada możliwość	

	podglądu przesłanych przez uczestników prac konkursowych	
PK.PA.OC.3	Lista prac konkursowych może zostać posortowana po dacie przesłania, ocenie, tagu	
PK.PA.OC.4	<p>Dla danej pracy konkursowej komisja konkursowa ma możliwość:</p> <ul style="list-style-type: none"> • podglądu pracy • oznaczenia pracy dowolnym tagiem tekstowym, np. w celu oznaczenia że dana praca przechodzi do następnego etapu oceny • oceny pracy w skali 0 - 5 punktów • dodania komentarza do oceny widocznego przez Uczestnika 	

3. Podstawowe wymagania dla kampanii promującej wydarzenie „Rodzinna Akcja: Zdrowa Rywalizacja” pod hasłem: „Zasiej Zdrowie”.

1. Wykonawca zobowiązany jest do wypromowania Konkursu. Czas trwania: minimum 2 tygodnie. Minimalne wymagania Zamawiającego w zakresie realizacji promocji wydarzenia „Rodzinna Akcja: Zdrowa Rywalizacja” pod hasłem: „Zasiej Zdrowie”.

Media	Rodzaj promocji	Min. liczba komunikatów przed akcją
Radio o zasięgu ogólnopolskim (radio internetowe i/lub stacjonarne)	Spot 30 sek.	50 spotów
	Wywiad (co najmniej 3 min/jeden wywiad z ekspertem NCEŻ)	2 wywiady
Portale parentingowe	Artykuł zawierający link do Akcji	Liczba artykułów: 1
Media społecznościowe	Posty sponsorowane na Facebooku NCEŻ, Posty sponsorowane na Instagram NCEŻ	Po 2 posty sponsorowane oraz relacje (story) z linkiem przekierowującym do strony z rejestracją do Konkursu na każdym portalu społecznościowym przed rozpoczęciem Konkursu po 2 posty sponsorowane w trakcie trwania Konkursu na każdym portalu społecznościowym. Posty i inne publikacje muszą zawierać link do rejestracji
Strona Konkurs „Rodzinna Akcja: Zdrowa Rywalizacja”	Zamieszczenie artykułu przygotowanego przez Zamawiającego	Liczba artykułów: 1
	Infografiki informacyjne promujące Akcję	Liczba infografik: 5
	Filmy	Liczba filmów: 8
	Animacje	Liczba animacji: 8

2. Wykonawca przedstawi Zamawiającemu propozycję postów i grafik wraz z harmonogramem emisji do akceptacji co najmniej na 8 dni kalendarzowych przed pierwszą emisją. Zamawiający zaakceptuje propozycję lub wnieśli uwagi do harmonogramu w przeciągu 3 dni roboczych od daty przekazania projektu. Wykonawca naniesie uwagi Zamawiającego w przeciągu 3 dni

kalendarzowych i przestawi Zamawiającemu do akceptacji. Procedura akceptacji to maksymalnie trzykrotne poprawki całości materiału narzucone przez Zamawiającego oraz ewentualne dodatkowe poprawki narzucone przez Ministerstwo Zdrowia.

3.1. Założenia dotyczące 4-tygodniowej akcji: „Rodzinna Akcja: Zdrowa Rywalizacja” pod hasłem: „Zasiej Zdrowie”

1. Wykonawca zrealizuje 4-tygodniową Akcję w oparciu o Koncepcję Kreatywną stworzoną przez Zamawiającego (OPZ 1.4).
2. Wykonawca na podstawie szczegółowego wkładu merytorycznego (pkt. 1.4) Zamawiającego przedłoży do akceptacji scenariusze filmów i animacji w terminie 5 dni roboczych od daty zaakceptowania harmonogramu.
3. Wykonawca będzie odpowiedzialny za utworzenie nowej strony dedykowanej „Rodzinnej Akcji: Zdrowej Rywalizacji” oraz aktualizowanie na niej treści (m.in. aktualizacja grafik, dodanie wytworzonych materiałów edukacyjnych, prowadzenie istniejącej bieżącej informacji na stronie w ramach Konkursu).
4. Systematycznie przez 4 tygodnie, wykonawca będzie publikował **wyzwania żywieniowe i sportowe** (dwa wyzwania w każdym tygodniu) oraz dwa zadania specjalne w wybrane weekendy. Wyzwania będą publikowane na platformie do godz. 16:00 w wyznaczone dni. Do wyzwań będą dołączone materiały edukacyjne tj. filmy, animacje, infografiki, opublikowane na stronie „Rodzinnej Akcji: Zdrowej Rywalizacji”, które będą stanowiły merytoryczną pomoc w realizacji zadań. Dodatkowo Wykonawca stworzy i będzie obsługiwał skrzynkę mailową przypisaną do „Rodzinnej Akcji: Zdrowej Rywalizacji”, która będzie podpięta pod panel administracyjny strony internetowej. Wykonawca zobowiązany jest do nadania dostępu Zamawiającemu do powyższej skrzynki w trakcie trwania Konkursu.
5. Wykonawca odpowiedzialny jest za stworzenie i wygenerowanie mailingu po opublikowaniu wyzwania do zarejestrowanych uczestników, aby poinformować ich o nowych wyzwaniach dostępnych na platformie.
6. Spośród rodzin biorących udział w „Rodzinnej Akcji: Zdrowej Rywalizacji”, wyłonieni zostaną laureaci, którzy o wygranej zostaną poinformowani drogą mailową przez Wykonawcę.

7. Wykonawca w porozumieniu z Zamawiającym odpowiedzialny będzie za zakup nagród rzeczowych na potrzeby Akcji edukacyjnej.
8. Zamawiający określa maksymalny budżet na nagrody rzeczowe o wartości łącznej 20 000 złotych +/- 5%.
9. W skład nagród, o których mowa powyżej będą wchodziły:
 - 1) nagrody tygodniowe - 8 nagród o łącznej wartości nieprzekraczającej 4 000 złotych (dwa wyzwania tygodniowo x 4 tygodnie), w tym jedna nagroda za wyzwanie żywieniowe, a druga za wyzwanie sportowe. (tj. 2 nagrody tygodniowo dla 2 różnych rodzin);
 - 2) nagrody za wykonanie zadań specjalnych - 2 nagrody o łącznej wartości nieprzekraczającej 2 000 złotych
 - 3) nagrody główne za zajęcie miejsc od 1 do 3 - o łącznej wartości nieprzekraczającej 14 000 złotych
10. Wykonawca przedstawi Zamawiającemu propozycje nagród tygodniowych, za zadania specjalne oraz nagród za miejsca 1-3 oraz dokona zakupu wszystkich nagród po akceptacji Zamawiającego, z uwzględnieniem ich oznakowania. Wykonawca zobowiązany jest do wykonania obowiązku podatkowego związanego z przyznaniem nagród, których wartość przekracza 2 000 zł, jego naliczenie i odprowadzenie do właściwego urzędu skarbowego.
11. Wykonawca zobowiązany jest do oznakowania nagród logotypami: Ministerstwa Zdrowia, Narodowego Programu Zdrowia, NIZP PZH - PIB, Narodowego Centrum Edukacji Żywieniowej.
12. Zamawiający nie dopuszcza oznakowania nagród logotypem Wykonawcy.
13. Wykonawca będzie odpowiedzialny za dystrybucję nagród do zwycięzców poszczególnych kategorii zgodnie z harmonogramem po uzgodnieniu wysyłki z Zamawiającym.
14. Wykonawca po zakupie nagród przedstawi Zamawiającemu faktury za zakup poszczególnych nagród.
15. Wykonawca jest zobowiązany do przesłania Zamawiającemu listów nadania nagród do laureatów.
16. W przypadku przetwarzania danych osobowych uczestników zadania tj., np. odbiorców działań, pacjentów itd., oraz osób zaangażowanych w realizację umowy, Wykonawca zobowiązany jest posiadać zgodę tych osób na przetwarzanie ich danych, która zawiera w

szczegółności zgodę na udostępnianie ich danych do celów monitoringu, kontroli oraz ewaluacji realizowanego zadania przez Ministra Zdrowia. Klauzule, o których mowa wymagają uzgodnienia i akceptacji Zamawiającego

3.2. Wymagania dotyczące produkcji 8 filmów edukacyjnych

Zadaniem Wykonawcy będzie produkcja 8 filmów edukacyjnych na podstawie wytycznych Zamawiającego. Wykonawca przekaże filmy w formacie umożliwiającym ich emisję w Internecie. Ponadto Zamawiający zapozna Wykonawcę z filmami z poprzednich edycji. Działania będą realizowane w dwóch etapach:

Etap 1: Scenariusz

Wykonawca opracowuje scenariusz do każdego filmu na podstawie szczegółowych treści i koncepcji przekazanych przez Zamawiającego i przekazuje go do akceptacji Zamawiającego w ciągu 5 dni roboczych od daty podpisania harmonogramu. Wykonawca realizuje scenariusze filmowe na podstawie zatwierdzonego przez Zamawiającego scenariusza i przekazuje je w ciągu 5 dni roboczych od daty zaakceptowania scenariusza przez Zamawiającego. (punkt 1.4. OPZ). Filmy z przepisami zostaną zrealizowane w klasopracowni znajdującej się w Narodowym Instytucie Zdrowia Publicznego PZH-PIB (Chocimska 24, Warszawa). Na filmach mają być widoczne jedynie ręce przygotowujące posiłek, a aktorami będą pracownicy Instytutu. Natomiast filmy dotyczące aktywności fizycznej mają zostać zrealizowane przez Zamawiającego przy użyciu gotowych filmów/animacji stockowych.

Etap 2: Produkcja i przekazanie gotowych filmów.

1. Wykonawca przedstawi Zamawiającemu propozycje, co do tworzonych materiałów i ich form. Zamawiający w terminie 3 dni roboczych może zgłosić uwagi do przedstawionych propozycji. Wykonawca w terminie 2 dni kalendarzowych powinien uwzględnić uwagi Zamawiającego, a procedura akceptacji to maksymalnie trzykrotne poprawki całości materiału narzucone przez Zamawiającego oraz ewentualne dodatkowe poprawki narzucone przez Ministerstwo Zdrowia.

2. Zamawiający zapewni Wykonawcy dostęp do planu zdjęciowego (klasopracownia w Narodowym Instytucie Zdrowia Publicznego, ul. Chocimska 24, Warszawa) Wykonawca zapewni Zamawiającemu dostęp do montażu w celu umożliwienia merytorycznego nadzoru. W ramach przygotowań filmów Zamawiający przewiduje bieżącą współpracę z Wykonawcą, gdzie będzie informowany o postępie prac w nagraniu filmów.
3. Wymagania dotyczące filmów:
 - 1) Długość filmów powinna wynosić 1 minutę.
 - 2) Filmy zostaną przygotowane w odpowiednich formatach, zgodnie z wymogami dostosowanymi do wymagań YouTube, Facebook i Instagram oraz z zasadami WCAG 2.1., w tym napisy. Za dodawanie i publikowanie filmów na YouTube, Facebook i Instagram oraz platformie dedykowanej Konkursowi odpowiedzialny będzie Wykonawca. Zamawiający przekaze Wykonawcy hasło do YouTube, Narodowego Centrum Edukacji Żywnościowej.
4. Na zakończenie każdego filmu pojawi się informacja o źródle finansowania: „Zadanie realizowane ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2021-2025, finansowane przez Ministra Zdrowia” oraz do zamieszczenia logotypów, Ministerstwa Zdrowia – MZ, Narodowego Programu Zdrowia – NPZ, Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego PZH – PIB, Narodowego Centrum Edukacji Żywnościowej – NCEŻ.
5. Zamawiający nie dopuszcza, by filmy zawierały logotyp Wykonawcy.
6. Produkcja filmów będzie się odbywać z wykorzystaniem wysokiej jakości profesjonalnego sprzętu, a w ramach wykonywanej usługi Wykonawca zapewni: montaż, profesjonalne oświetlenie, udźwiękowienie, efekty specjalne, lektora, opracowanie graficzne, transport i inne działania niezbędne do uzyskania odpowiedniego efektu.
7. Przygotowany materiał zostanie przekazany Zamawiającemu przez Wykonawcę na pendrive lub innym nośniku. Format pliku powinien umożliwiać proste odtworzenie na komputerach PC i Mac każdego typu oraz smartfonach, ponadto pliki powinny zostać przekazane w formie otwartej, z możliwością ich edytowania.
8. Jako okładkę filmu Wykonawca wykorzysta najbardziej korzystny kadr plus dołączy do niego tytuł filmu.
9. Harmonogram zawierający terminy przekazania filmów zostanie ustalony z Zamawiającym.

3.3. Wymagania dotyczące produkcji 8 animacji

Zadaniem Wykonawcy będzie produkcja 8 animacji o charakterze edukacyjnym (dotyczących zdrowego żywienia oraz aktywności fizycznej) w oparciu o uzgodnione z Zamawiającym scenariusze, w formacie umożliwiającym ich emisję w Internecie. Działania będą realizowane w dwóch etapach:

Etap 1: Opracowanie scenariuszy i grafiki animacji.

Wykonawca opracowuje scenariusz do każdej animacji na podstawie treści i koncepcji przekazanych przez zamawiającego i przekazuje go do akceptacji Zamawiającego w ciągu 5 dni roboczych od daty podpisania Umowy. Wykonawca realizuje scenariusze animacji na podstawie zatwierdzonych przez Zamawiającego scenariuszów i przekazuje je w ciągu 5 dni roboczych od daty zaakceptowania scenariuszów przez Zamawiającego. Zamawiający przedstawi Wykonawcy materiały z roku ubiegłego, które Wykonawca ma wykorzystać do stworzenia koncepcji graficznej. Zamawiającemu zależy na kontynuacji koncepcji graficznej z ubiegłych lat, przed przystąpieniem do opracowania Zamawiający wskaże Wykonawcy, które kreacje mają być kontynuowane. Procedura akceptacji to maksymalnie trzykrotne poprawki całości materiału narzucone przez Zamawiającego oraz ewentualne dodatkowe poprawki narzucone przez Ministerstwo Zdrowia.

Etap 2: Produkcja i przekazanie gotowych animacji

Wymagania dotyczące animacji:

- 1) Długość animacji to 1 minuta.
- 2) Animacje zostaną przygotowane w odpowiednich formatach, zgodnie z wymogami dostosowanymi do wymagań YouTube, Facebook, Instagram, zgodnie z wymogami WCAG 2.1, w tym napisy.
- 3) Na zakończenie każdej animacji pojawi się informacja o źródle finansowania: „Zadanie realizowane ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2021-2025, finansowane przez Ministra Zdrowia” oraz do zamieszczenia logotypów Ministerstwa Zdrowia - MZ, Narodowego Programu Zdrowia – NPZ, Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego PZH – PIB, Narodowego Centrum Edukacji Żywnościowej - NCEŻ.
- 4) Zamawiający nie dopuszcza, by animacje zawierały logotypu Wykonawcy.

- 5) Wykonawca odpowiedzialny będzie za umieszczenie animacji na stronie internetowej wskazanej przez Zamawiającego oraz na wskazanych kanałach.
- 6) Przygotowany materiał zostanie przekazany Zamawiającemu przez Wykonawcę na pendrive lub innym nośniku. Format pliku powinien umożliwiać proste odtworzenie na komputerach PC, Mac i smartfonach każdego typu.
- 7) Jeden z fragmentów animacji powinien być jednocześnie okładką animacji na social media. Harmonogram zawierający terminy przekazania animacji zostanie ustalony z Zamawiającym.

3.4. Wymagania dotyczące produkcji 5 infografik edukacyjnych, na temat zdrowego żywienia oraz aktywności fizycznej.

Zadaniem Wykonawcy będzie produkcja 5 infografik o charakterze edukacyjnym w oparciu o uzgodnione z Zamawiającym wytyczne. Działania będą realizowane w dwóch etapach:

Etap 1: Opracowanie grafiki będącej kontynuacją materiałów z zeszłego roku tj. 5 infografik z zakresu zdrowego żywienia oraz aktywności fizycznej, na podstawie tematów i wkładu merytorycznego przekazanych przez Zamawiającego po podpisaniu umowy.(scenariusz znajduje się w punkcie 1.4. OPZ).

Etap 2: produkcja i przekazanie gotowych infografik.

1. Wykonawca przygotuje grafikę do każdej z 5 infografik, w ciągu 8 dni roboczych od daty przekazania przez Zamawiającego tematów.
2. Każda z 5 infografik podlega akceptacji Zamawiającego. Zamawiający w terminie 3 dni roboczych może zgłosić uwagi do przedstawionych propozycji. Wykonawca w terminie 2 dni kalendarzowych powinien uwzględnić uwagi Zamawiającego.
3. Procedura akceptacji to maksymalnie trzykrotne poprawki całości materiału narzucone przez Zamawiającego oraz ewentualne dodatkowe poprawki narzucone przez Ministerstwo Zdrowia.
4. Wymagania dotyczące infografik:
 - 1) Na każdej infografice pojawi się informacja o źródle finansowania: „Zadanie realizowane ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2021-2025,

finansowane przez Ministra Zdrowia" oraz do zamieszczenia logotypów Ministerstwa Zdrowia - MZ, Narodowego Programu Zdrowia – NPZ, Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego PZH – PIB, Narodowego Centrum Edukacji Żywnościowej - NCEŻ.

- 2) Zamawiający nie dopuszcza, by infografiki zawierały logotyp Wykonawcy.
- 3) Wykonawca odpowiedzialny będzie za umieszczenie infografik na stronie internetowej Zamawiającego oraz na wskazanych kanałach.
- 4) Przygotowany materiał zostanie przekazany Zamawiającemu przez Wykonawcę na pendrive lub innych nośnikach. Format pliku powinien umożliwiać proste odtworzenie na komputerach PC i Mac każdego typu.
- 5) Harmonogram zawierający terminy przekazania infografik zostanie ustalony z Zamawiającym.

4. Język i tonalność przekazu Konkursu i kampanii promocyjnej

Wymagania dotyczące stosowanego języka przekazu:

- 1) Dostosowanie języka do kanału komunikacyjnego oraz grupy docelowej;
- 2) Przekaz powinien w sposób pozytywny motywować do zmiany nawyków żywieniowych;
- 3) Język przekazu powinien charakteryzować się otwartością i jednocześnie być podparty mocnymi argumentami;
- 4) W przekazie rezygnujemy z zakazów, nakazów, oceniania oraz krytyki. W to miejsce namawiamy i przekazujemy pozytywne aspekty zdrowych wyborów dotyczących stylu życia;
- 5) Wskazujemy rozwiązania oparte na wynikach badań naukowych;
- 6) Ograniczenia przekazu:
 - a) Kampania nie może straszyć śmiercią;
 - b) Przekaz kampanii nie może być trywialny;
 - c) Przekaz kampanii nie może generować lęku i obaw;
 - d) Kampania nie może wzbudzać agresji i/lub nietolerancji;
 - e) Kampania nie może utrwalać wizerunku człowieka borykającego się z problemami żywieniowymi jako człowieka nieinteligentnego, aspołecznego;

- f) Kampania nie może dyskredytować, ośmieszać i piętnować;
- g) Kampania nie może stygmatyzować ani obrażać żadnej grupy społecznej;
- h) Kampania nie może wykorzystywać przedmiotów czy symboli, które mogą być kojarzone z aktami terroru i przemocy, w tym m.in.: broni palnej, itp.

5. Współpraca z Zamawiającym. Monitoring i raportowanie.

1. Działania Wykonawcy rozpoczynają się z dniem podpisania Umowy i kończą z dniem zaakceptowania raportu z realizacji usługi, tj. nie później niż do 30.11.2023 r.
2. Wszelkie działania powinny być zaakceptowane przez Zamawiającego.
3. Wykonawca przygotuje Harmonogram w terminie 14 dni od podpisania Umowy. Propozycja a grafiki oraz udziękowania wraz z Harmonogramem podlega akceptacji Zamawiającego. Przewidywane jest spotkanie robocze w celu przekazania uwag Zamawiającego, które Wykonawca obowiązany jest wprowadzić niezwłocznie, nie później niż 5 dni kalendarzowych od dnia ich przekazania.
4. Wszystkie działania prowadzone w ramach Kampanii powinny być spójne oraz stanowić integralną całość, wykazującą synergię poszczególnych działań.
5. W okresie realizacji Umowy będą odbywały się spotkania online, na których Wykonawca będzie informował Zamawiającego o postępie prac, ew. problemach i zagrożeniach. Harmonogram spotkań zostanie ustalony na pierwszym spotkaniu organizacyjnym. Wykonawca jest zobligowany do stawiennictwa na spotkaniu wyznaczonym przez Zamawiającego. Po każdym spotkaniu Wykonawca sporządzi notatkę i prześle ją do akceptacji Zamawiającego w przeciągu 2 dni kalendarzowych od daty zakończenia spotkania.
6. Wykonawca obowiązany jest do przedstawiania raportów z postępów prac:
 - 1) Raport częściowy (miesięczny) – przekazywany w terminie do 5 dnia miesiąca za poprzedni miesiąc,
 - 2) Raport końcowy – w terminie do 30 listopada 2023 r.
5. Raporty powinny zawierać nie tylko analizy ilościowe, ale i jakościowe przeprowadzonych działań oraz dodatkowe wytyczne i rekomendacje dalszych działań. Raport końcowy powinien zostać wzbogacony o grafiki z najważniejszymi danymi (np. statystykami z Facebooka, Instagrama, YouTube).

6. Zamawiający prześle uwagi do raportu częściowego, a następnie raportu końcowego w terminie 3 dni roboczych od dnia otrzymania raportu od Wykonawcy.
7. Raporty częściowe i końcowy zostaną przygotowane w języku polskim w formie elektronicznej i pisemnej.
8. Raporty wymagają pisemnej akceptacji Zamawiającego.
9. Zaakceptowany przez Zamawiającego raport końcowy jest podstawą do podpisania protokołu końcowego z realizacji II Etapu Przedmiotu zamówienia oraz wykonania całości Przedmiotu zamówienia .
10. Działania Wykonawcy w okresie, o którym mowa powyżej realizowane będą w oparciu o zaakceptowany przez Zamawiającego, zgodnie z zapisami umowy Harmonogram.
11. Przedmiot zamówienia składa się z II etapów. Płatność za realizację Etapu I oraz Etapu II nastąpi po realizacji przez Wykonawcę wszystkich zadań wymaganych w danym etapie, zgodnie z Harmonogramem oraz po podpisaniu przez strony protokołu odbioru częściowego potwierdzającego wykonanie Etapu I Przedmiotu zamówienia oraz protokołu końcowego z realizacji II Etapu Przedmiotu zamówienia oraz wykonania całości Przedmiotu zamówienia .

Z komentarzem [JR1]: Wprowadziłam analogicznie do zapisu par. 5 ust. 3

Z komentarzem [JR2]: Wprowadziłam analogicznie do zapisu par. 5 ust. 3

Etap I	<ol style="list-style-type: none"> 1. Opracowanie graficzne materiałów w ramach Konkursu i Kampanii wraz z przekazem skierowanym do konkretnej grupy docelowej. 2. Stworzenie platformy konkursowej w oparciu o ogólnodostępny CMS oraz panelu administracyjnego konkursu "Rodzinna Akcja: Zdrowa Rywalizacja" 3. Zorganizowanie wywiadów w radiu z udziałem ekspertów z Narodowego Centrum Edukacji Żywnościowej oraz ich emisji. 4. Wyprodukowanie spotów radiowych. 5. Zakup i emisja postów sponsorowanych przed rozpoczęciem Akcji i w trakcie jej trwania. 6. Wykupienie miejsca na artykuł sponsorowany na portalu dedykowanym rodzicom napisany przez merytorycznego eksperta z NIZP-PZH-PIB oraz publikacja tego artykułu. 7. Wykupienie czasu antenowego w radiach o zasięgu ogólnopolskim (radio internetowe i/lub stacjonarne) na spoty radiowe oraz emisja tych spotów.
--------	---

Etap II	<ol style="list-style-type: none">8. Zamieszczenie artykułu na stronę internetową Narodowego Centrum Edukacji Żywnościowej napisanego przez Zamawiającego.9. Wyprodukowanie filmów edukacyjnych.10. Wyprodukowanie animacji.11. Stworzenie infografik.12. Przeprowadzenie Konkursu zgodnie z ustalonym i zatwierdzonym przez Zamawiającego regulaminem.
---------	---

6. Prawa autorskie.

Wykonawca w ramach wynagrodzenia, przenosi na Zamawiającego całość autorskich praw majątkowych do wszelkich utworów powstałych w wyniku realizacji przedmiotu zamówienia, uprawniających do nieograniczonego w czasie korzystania i rozporządzania ww. utworami w kraju i zagranicą na wszystkich polach eksploatacji znanych w dniu zawarcia umowy na warunkach opisanych w umowie, której istotne postanowienia umowne stanowią integralną część dokumentów zamówienia.