

Regulamin konkursu „300 tysięcy obserwujących” z dnia 20.11.2025 r.

I. Postanowienia ogólne

1. Niniejszy regulamin (dalej: „Regulamin”) określa zasady konkursu organizowanego na profilu Instagram drtadeusz_oleszczuk. Przystąpienie do Konkursu jest równoznaczne z akceptacją Regulaminu.
2. Organizatorem Konkursu jest **PRYWATNY GABINET GINEKOLOGICZNY TADEUSZ OLESZCZUK**, ul. Wojska Polskiego 161, 18-400 Łomża, NIP 7181274086, REGON 450095510.
3. Fundatorem nagród jest Organizator, **WegeUmami oraz Małgorzata Zielińska**.
4. Konkurs nie jest sponsorowany, wspierany ani powiązany z Instagramem.
5. Wszelkie pytania dotyczące Konkursu należy kierować do Organizatora.
6. Konkurs nie narusza przepisów dotyczących reklamy alkoholu, tytoniu ani ustawy o grach hazardowych.

II. Uczestnik Konkursu

1. Uczestnikiem Konkursu może być pełnoletnia osoba fizyczna posiadająca konto na Instagramie.
2. Przystępując do Konkursu Uczestnik oświadcza, że:
 - A. zapoznał się z Regulaminem;
 - B. akceptuje jego warunki;
 - C. będzie przestrzegał zasad Regulaminu i regulaminu Instagrama;
 - D. wyraża zgodę na przetwarzanie danych osobowych na potrzeby Konkursu;
 - E. ma ukończone 18 lat;
 - F. wyraża zgodę na publikację nazwy swojego profilu na Instagramie w razie wygranej.

III. Miejsce, czas i zasady Konkursu

1. Konkurs odbywa się na profilu: https://www.instagram.com/drtadeusz_oleszczuk/.
2. Konkurs trwa od momentu publikacji posta do **4.12.2025 r., godz. 23:59**.
3. Zasady uczestnictwa:
 - A. Zadaniem Uczestnika jest:
 - o opublikowanie pod postem konkursowym komentarza z informacją, **która rada Doktora okazała się pomocna** (bez podawania danych medycznych, diagnoz, nazw

chorób, wyników badań ani innych danych wrażliwych — takie komentarze nie będą brane pod uwagę),

- udostępnienie posta konkursowego na Stories i oznaczenie profilu Organizatora.
- B. Uczestnik może dodać dowolną liczbę komentarzy.
C. Komentarze zamieszczone po czasie trwania Konkursu nie będą uwzględniane.
D. Dodając komentarz Uczestnik oświadcza, że posiada prawa autorskie do swojej treści i udziela Organizatorowi niewyłącznej, nieodpłatnej licencji na jej wykorzystanie.

IV. Nagrody dla Laureatów

1. Nagrody zostały wskazane w poście konkursowym.
2. W Konkursie przewidziano:
I MIEJSCE – spotkanie online z dr Tadeuszem Oleszczukiem,
II MIEJSCE – voucher na 21 dni wybranej diety profilaktycznej Dr. Oleszczuka (FPU Klasyczna, FPU Białkowa, Power ON) od WegeUmami; kod ważny do 31.01.2026 r.,
III MIEJSCE – spotkanie online z dietetykiem Małgorzatą Zielińską.
3. Laureatów (I, II i III miejsce) wybiera **doktor Tadeusz Oleszczuk**, kierując się subiektywną oceną treści komentarzy.
4. W przypadku niespełnienia warunków przez Laureata Organizator wybiera kolejnego Uczestnika.
5. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany nagrody na inną o podobnej wartości.

V. Warunki uczestnictwa i odbioru nagród

1. Udział w Konkursie jest bezpłatny i wymaga posiadania aktywnego konta na Instagramie.
2. Przystąpienie do Konkursu oznacza akceptację Regulaminu.
3. Informacja o wynikach zostanie opublikowana na profilu Organizatora w ciągu 10 dni roboczych od zakończenia Konkursu.
4. W ciągu **10 dni od ogłoszenia wyników** Organizator skontaktuje się z Laureatami poprzez wiadomość prywatną w celu:
 - przekazania kodu do diety (II miejsce) lub
 - ustalenia dogodnego terminu spotkania online (I i III miejsce) **w terminach możliwych dla obu stron.**
5. Laureat ma 72 godziny od otrzymania wiadomości na przesłanie potwierdzenia i danych potrzebnych do przekazania nagrody.
6. Brak odpowiedzi w wyznaczonym czasie oznacza rezygnację z nagrody.

7. Nagrody nie podlegają wymianie na gotówkę.
8. Przyznanie nagrody odbywa się wyłącznie na podstawie decyzji Organizatora.

VI. Zakres odpowiedzialności Organizatora

1. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za błędne lub nieaktualne dane przekazane przez Uczestników.
2. Organizator zastrzega sobie prawo do usunięcia komentarzy niezgodnych z prawem lub Regulaminem, w szczególności komentarzy zawierających dane wrażliwe, treści obraźliwe, agresywne lub naruszające regulamin Instagrama.
3. Organizator może wykluczyć Uczestników posługujących się fikcyjnymi kontami lub naruszających mechanizm Konkursu.

VII. Ochrona danych osobowych

1. Administratorem danych osobowych Uczestników jest Organizator.
2. Kontakt z administratorem jest możliwy poprzez profil drtadeusz_oleszczuk na Instagramie **lub poprzez e-mail: oleszczukwspolpraca@gmail.com.**
3. Dane przetwarzane są w celu przeprowadzenia Konkursu, wydania nagród oraz w celach marketingowych.
4. Podanie danych jest dobrowolne, lecz niezbędne do udziału w Konkursie.
5. Uczestnik ma prawo dostępu do danych, sprostowania, usunięcia, ograniczenia, sprzeciwu, przenoszenia oraz cofnięcia zgody.
6. Organizator może zbierać od Laureata dane: imię, nazwisko, adres e-mail, adres korespondencyjny lub paczkomatu, numer telefonu – wyłącznie w celach realizacji nagrody.
7. Uczestnik ma prawo wnieść skargę do organu nadzorczego.
8. Dane nie będą przetwarzane automatycznie ani profilowane.
9. Dane będą przechowywane przez okres niezbędny do realizacji Konkursu i obowiązków administracyjnych.
10. Organizator stosuje środki techniczne i organizacyjne zapewniające bezpieczeństwo danych.

VIII. Prawa autorskie

1. Wszelkie prawa do Konkursu przysługują Organizatorowi.
2. Zabrania się kopiowania oraz wykorzystywania Konkursu w sposób niezgodny z Regulaminem.

3. Organizator ma prawo wykorzystywać Odpowiedzi Konkursowe w celach marketingowych.

IX. Reklamacje

1. Reklamacje należy kierować w wiadomości na adres oleszczukwspolpraca@gmail.com lub pisemnie na adres organizatora.
2. Reklamacja powinna zawierać dane kontaktowe oraz opis zdarzenia.
3. Reklamacje są rozpatrywane w ciągu 14 dni.
4. Odpowiedź zostanie przekazana w formie elektronicznej lub pisemnej.

X. Postanowienia końcowe

1. Regulamin obowiązuje od dnia **20.11.2025 r.**