



ZDROWO JEM,
WIĘCEJ WIEM

Przewodnik po projekcie

10.10.2025

- 01** Podstawowe zasady
- 02** Rejestracja
- 03** Logowanie
- 04** Hasło – zmiana i odzyskanie
- 05** Zadania i raporty

01

Podstawowe zasady

Wróć do spisu treści:

- 01 [Podstawowe zasady](#)
- 02 [Rejestracja](#)
- 03 [Logowanie](#)
- 04 [Hasło – zmiana i odzyskanie](#)
- 05 [Zadania i raporty](#)

Cel projektu

Celem projektu jest wsparcie zerówek i klas 1-3 ze szkół podstawowych w edukacji o adaptacji do zmian klimatu poprzez:

- upowszechnienie wiedzy o wpływie żywności na zdrowie i środowisko;
- rozwój kompetencji nauczycielek i nauczycieli;
- przekazanie zestawów do założenia grządek warzywno-ziółowych.

Uczestnicy

- **Uczniowie i uczennice zerówek** (szkolnych i przedszkolnych) i **klas 1-3, nauczycielki i nauczyciele.**
- Z jednej placówki może zgłosić się dowolna liczba zespołów.

Terminarz

- **Rejestracja do 20.11.2025;**
- **Składanie raportów do 11.03.2026;**
- **Wyniki:** pierwsza połowa maja 2026 roku;
- **Przekazanie zestawów:** druga połowa maja 2026 roku.

Realizacja zadań

- Do zrealizowania jest **5 zadań**.
- Do każdego zadania przypisany jest raport, który należy uzupełnić.
- Po uzupełnieniu wszystkich raportów należy wysłać **raport końcowy do oceny**.

40 zespołów, które najlepiej zrealizuje zadania otrzyma zestawy do założenia grządek warzywo-ziółowych.

Raport końcowy

- Raport końcowy należy przestać **do 11 marca 2026 r.**
- Po tym terminie można jeszcze przez tydzień, ale naliczane są punkty karne. **Za każdy dzień 5 punktów.**
- **Oceni go Komisja:** maksymalnie może przyznać 400 punktów.

[Przejdź do instrukcji składania raportu](#)



Etap II

- **Jest obowiązkowy dla zwycięskich zespołów.**
- Składa się z jednego zadania.

02

Rejestracja

Wróć do spisu treści:

- 01 [Podstawowe zasady](#)
- 02 [Rejestracja](#)
- 03 [Logowanie](#)
- 04 [Hasło – zmiana i odzyskanie](#)
- 05 [Zadania i raporty](#)

Uwaga!

Placówkę rejestruje osoba zatrudniona w placówce za zgodą Dyrekcji Placówki.

Przed rejestracją **zapoznaj się** z **REGULAMINEM** projektu i załącznikami.

Krok 1.

Wejdź na stronę
zdrowojem.fundacjabos.pl.

Przejdź do formularza
rejestracyjnego. Kliknij w przycisk:

[Zarejestruj zespół](#)

The screenshot shows the top navigation bar of the BOŚ Fundacja website. It includes the text "Nowy uczestnik" and a prominent blue button labeled "Zarejestruj zespół". To the right, there are links for "Mam już konto" and "Zaloguj s". Below the navigation bar is the header area with the BOŚ FUNDACJA logo and the slogan "ZDROWO JEM, WIĘCEJ WIEM". A secondary navigation menu contains links for "O projekcie", "Regulamin", "Zadania", "Terminarz", and "Pomoce". The main content area features a text block about the "zdrowo jem, więcej wiem" project, followed by an image of an hourglass. Below the image are two news items: "Ostatnie dni na zgłoszenie się do projektu!" dated 2025-11-18, and "Zapraszamy na dzień otwarty o projektach Fundacji BOŚ!" dated 2025-10-29.

Krok 2.

Uzupełnij formularz i zaznacz odpowiednie zgody.

Upewnij się, że wpisujesz **prawidłowe dane bez literówek.**

Zarejestruj się

„Zdrowo jem, więcej wiem” to projekt edukacyjny o tym, jak jeść zdrowo i z korzyścią dla środowiska. Kierujemy go do zerówek (szkolnych i przedszkolnych) i szkół podstawowych. Zgłoszone zespoły realizują wszystkie zadania z etapu I. Najlepsze zespoły otrzymają zestawy na założenie szkolnej grządki warzywno-owocowej.

Pola oznaczone * są polami wymaganymi do wystania zgłoszenia.

Nazwa zgłoszenia *

Przykładowe nazwy: Witaminki, Zdrowa Brygada, Szczypiorki.

Ta nazwa znajdzie się na dyplomie za udział razem z nazwą placówki.

Dane zgłaszanego zespołu

Klasa *

Liczba uczniów *

Dane placówki

Nazwa placówki *

Uwaga!

- Nie używaj drukowanych liter.
- Wpisz pełną nazwę placówki bez używania skrótów.
- Kod pocztowy wpisz bez spacji, liczby oddziel łącznikiem: 00-832.
- Numer telefonu placówki wpisz według wzorów:
 - XX XXX XX XX w przypadku telefonu stacjonarnego,
 - XXX XXX XXX w przypadku telefonu komórkowego.
- **Upewnij się, że podane adresy e-mail są prawidłowe.**

Krok 3.

Sprawdź wszystkie dane i prześlij zgłoszenie.

Kliknij pod wypełnionym formularzem w przycisk:

Zarejestruj się

Zarejestruj się

„Zdrowo jem, więcej wiem” to projekt edukacyjny o tym, jak jeść zdrowo i z korzyścią dla środowiska. Kierujemy go do zerówek (szkolnych i przedszkolnych) i szkół podstawowych. Zgłoszone zespoły realizują wszystkie zadania z etapu I. Najlepsze zespoły otrzymają zestawy na założenie szkolnej grządki warzywno-...

Pola oznaczone * są polami wymaganymi do wystania zgłoszenia.

Nazwa zgłoszenia *

Przykładowe nazwy: Witaminki, Zdrowa Brygada, Szczypiorki.

Ta nazwa znajdzie się na dyplomie za udział razem z nazwą placówki.

Dane zgłaszającego zespołu

Klasa *

Liczba uczniów *

Dane placówki


Nazwa placówki *

Krok 4.

Jeśli **formularz jest wypełniony poprawnie**, wyświetli się komunikat potwierdzający rejestrację.

Na Twój adres e-mail przyjdzie wiadomość powitalna z hasłem.

Jeśli nie ma jej w skrzynce odbiorczej, sprawdź folder SPAM (czasem tego typu wiadomości tam trafiają).



The screenshot shows the top navigation bar with links for 'Nowy uczestnik', 'Zarejestruj zespół', 'Mam już konto', and 'Zaloguj się'. Below the navigation bar are the logos for 'BOŚ FUNDACJA' and 'ZDROWO JEM, WIĘCEJ WIEM'. A main navigation menu includes 'O projekcie', 'Regulamin', 'Zadania', 'Terminarz', and 'Pomoce'. The main content area features a heading 'Dziękujemy za rejestrację' followed by a green message: 'Twój zespół został zarejestrowany w 16. edycji projektu „Zdrowo jem, więcej wiem”.' Below this is a paragraph explaining that a confirmation email with a password has been sent to the user's email, and if it's not received, they should check the SPAM folder. It also provides the contact email 'zdrowojem@fundacjabos.pl' for reporting issues. A final line says 'Już możesz przystąpić do realizacji zadań. Plan zadań i materiały do ich realizacji znajdziesz TUTAJ.' followed by 'Powodzenia!'. At the bottom, under 'PARTNERZY:', are logos for 'BOŚ BANK' and 'BOŚ | DOM MAKLEWSKI'.

Uwaga!

Jeśli formularz jest **niekompletny** lub wystąpiły w nim błędy, popraw go i prześlij.

Nieuzupełnione pole obowiązkowe (oznaczone *) – system poprosi o uzupełnienie, a pod danym polem pojawi się odpowiedni komunikat.

Błędnie wypełnione pole – system wyświetli okienko z komunikatem informującym o błędzie. Jeśli Twoja przeglądarka blokuje wyskakujące okienka, możesz nie dostać informacji o błędach, a formularz nie będzie chciał się przestać. W takim przypadku zmień ustawienia w przeglądarce.

fundacjabos.pl

Komunikat ze strony zdrowojem.fundacjabos.pl

Error: RODO jest puste

OK

mi:

vo jem, więcej wiem"

z Klauzulą informacyjną dotyczącą ochrony danych osobowych

formacji o działaniach Fundacji

03 Logowanie

Wróć do spisu treści:

- 01 [Podstawowe zasady](#)
- 02 [Rejestracja](#)
- 03 [Logowanie](#)
- 04 [Hasło – zmiana i odzyskanie](#)
- 05 [Zadania i raporty](#)

Krok 1.

Wejdź na stronę
zdrowojem.fundacijabos.pl.

W prawym górnym rogu strony
kliknij w przycisk:

[Zaloguj się](#)

The screenshot shows the website header with navigation links: "Nowy uczestnik", "Zarejestruj zespół", "Mam już konto", and "Zaloguj się". The main header features the BOŚ Fundacja logo and the slogan "ZDROWO JEM, WIĘCEJ WIEM". A navigation menu includes "O projekcie", "Regulamin", "Zadania", "Terminarz", and "Pomoce".

The main content area contains a text block: "Zdrowo jem, więcej wiem" to projekt edukacyjny o tym, jak jeść z korzyścią dla zdrowia i środowiska. Zapraszamy do rejestracji zespołów. Możecie to zrobić do 20 listopada br.

Below this is a video player showing an hourglass and a hand. To the right is a green banner with the BOŚ Fundacja logo and the text "BĄDŹ NA BIEŻĄCO!".

Below the banner are two news items:

- ostatnie dni na zgłoszenie się do projektu!**
25-11-18
zgłoszenia czekamy do 20 listopada br., nie przegap możliwości! Kliknij przycisk poniżej i zarejestruj zespół! Co możesz zyskać?
- Zapraszamy na dzień otwarty o projektach Fundacji BOŚ!**
2025-10-29
Nauczycielki! Nauczyciele! Już 6 listopada od godz. 16:00 do 17:00 zapraszamy Was na spotkanie otwarte online na platformie Teams. Opowiemy Wam o naszych projektach: Poznacie korzyści z udziału i inspirujące działania [...]

Krok 2.

Wpisz Twój adres e-mail (ten sam, co w formularzu rejestracyjnym).


Podaj hasło i kliknij w przycisk:

Zaloguj się

Logowanie do serwisu
Zdrowo jem, więcej wiem

Adres e-mail

Hasło



Zapamiętaj mnie

Zaloguj się

[Odzyskiwanie hasła](#)

[← Przejdź do Zdrowo jem, więcej wiem](#)

Krok 3.

Po zalogowaniu w górnym prawym rogu strony zobaczysz przyciski „Twoje zgłoszenie” i „Wyloguj się”

Teraz możesz zarządzać swoim zgłoszeniem i uzupełniać wnioski lub sprawozdanie.

Twoje zgłoszenie

Konto sędziego

Wyloguj się

apraszamy do rejestracji zespołów. Możecie to zrobić do 20

04 Hasło Zmiana i odzyskanie

fundacijabos.pl

Wróć do spisu treści:

- 01 [Podstawowe zasady](#)
- 02 [Rejestracja](#)
- 03 [Logowanie](#)
- 04 [Hasło – zmiana i odzyskanie](#)
- 05 [Zadania i raporty](#)

Uwaga!

Hasło możesz zmienić w dowolnej chwili.

Jeśli go nie pamiętasz, możesz je odzyskać.

Pamiętaj, że nowe hasło powinno zawierać **przynajmniej 12 znaków, wielkie i małe litery, cyfry oraz znaki specjalne** (np.: ! " ? \$ % ^ &).

Krok 1.

Wejdź na stronę
zdrowojem.fundacjabos.pl.

W prawym górnym rogu strony
kliknij w przycisk:

[Zaloguj się](#)

The screenshot shows the top navigation bar of the website. On the right side, there are three buttons: "Nowy uczestnik", "Zarejestruj zespół", and "Mam już konto". The "Zarejestruj zespół" button is highlighted in blue, and the "Zaloguj się" button is highlighted in green. Below the navigation bar, there is a logo for "ZDROWO JEM, WIĘCEJ WIEM" featuring a stylized apple. Below the logo, there is a navigation menu with links for "Regulamin", "Zadania", "Terminarz", and "Pomoce". The main content area features a banner with the text "Więcej wiem" to project edukacyjny o tym, jak jeść z korzyścią dla zdrowia i środowiska. Zapraszamy do rejestracji zespołów. Możecie to zrobić do 20...". Below the banner, there is a section with a green header "BOŚ FUNDACJA" and the text "BĄDŹ NA BIEŻĄCO!". The main text in this section reads "Zapraszamy na dzień otwarty o projektach Fundacji BOŚ!" and "2025-10-29". Below this, there is a section with the text "Zapraszamy do 20 listopada br., nie przegap możliwości! Kliknij...".

Krok 2.


Jeśli chcesz **zmienić hasło**, zaloguj się – musisz podać Twój adres e-mail i aktualne hasło.

Jeśli chcesz **odzyskać hasło**, kliknij w link:

Odzyskiwanie hasła

Logowanie do serwisu
Zdrowo jem, więcej wiem

Adres e-mail

Hasło
 

Zapamiętaj mnie

[Zaloguj się](#)

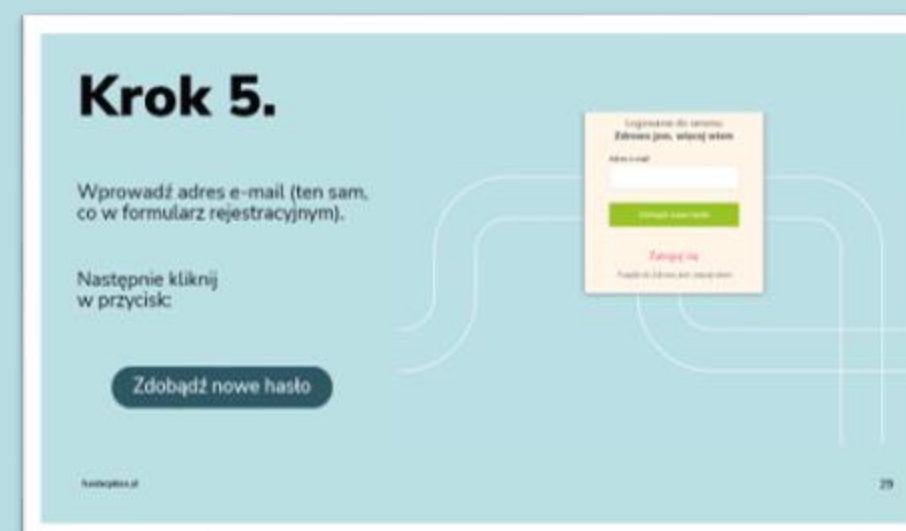
[Odzyskiwanie hasła](#)

[← Przejdź do Zdrowo jem, więcej wiem](#)

Krok 3.

Jeśli chcesz **zmienić hasło**, zaloguj się – musisz podać login (Twój adres e-mail) i aktualne hasło – i [przejdź do kroku 4.](#)

Jeśli chcesz **odzyskać hasło**, kliknij w link: Odzyskiwanie hasła i [przejdź do kroku 5.](#)



Krok 4.

Kliknij w górnym prawym rogu strony w przycisk „Twoje zgłoszenie”.

Następnie kliknij w przycisk:

Edycja profilu

The screenshot shows the user interface of the BOŚ Fundacja website. At the top right, there are two buttons: "Twoje zgłoszenie" (Your application) and "Wyloguj się" (Logout). The main header features the BOŚ FUNDACJA logo and the slogan "ZDROWO JEM, WIĘCEJ WIEM". Below the header is a navigation menu with links: "O projekcie", "Regulamin", "Zadania", "Terminarz", and "Pomoce".

The main content area is titled "Twoje konto" (Your account) and includes a dropdown menu for "Wybierz zgłoszenie do zarządzania" (Select application for management) with "Test Witaminy A" selected, and a "Zmień" (Change) button. Below this is an "Edycja profilu" (Edit profile) button.

The "Twoje zgłoszenie" section displays the following information:

- Twoje zgłoszenie: Test po uruchomieniu 2
- Placówka: Testowa im. Zdrowo jem
- Adres: Test 1, Testowo, 05-900 Polska

There is an "Edycja zgłoszenia" (Edit application) button next to the application name.

A section for "Raporty z zadań" (Task reports) includes the text "przejdź do Zadań, żeby zarządzać raportami." and a "zobacz podsumowanie" (View summary) button.

At the bottom, a table header is visible with columns: "Zadanie", "Etap", "Ost. aktualizacja", "Status", and "Liczba znaków".

Przejdź na dół strony i kliknij w przycisk „Ustaw nowe hasło”.

Możesz skorzystać z domyślnego hasła lub wpisać własne. Pamiętaj o wytycznych do hasła.

Zmianę potwierdź przyciskiem:

Zaktualizuj profil

The screenshot shows the 'Zaktualizuj profil' (Update profile) page in WordPress. It is divided into several sections:


- Informacje biograficzne** (Biographical information): A large empty text area for entering bio details. Below it is a warning: "Podziel się ze światem szczyptą informacji o sobie. Mogą one zostać upublicznione." (Share a pinch of information about yourself with the world. They may be published).
- Zdjęcie profilowe** (Profile picture): A placeholder image of a person. Below it is a link: "Można zmienić zdjęcie profilowe na Gravatarze." (You can change your profile picture on Gravatar).
- Zarządzanie kontem** (Account management): This section contains two buttons: "Ustaw nowe hasło" (Set new password) and "Wyloguj z wszystkich innych miejsc" (Log out of all other locations). Below the second button is a note: "Zgubiłeś swój telefon lub nie wylogowałeś się na publicznym komputerze? Możesz wylogować się z innych miejsc, pozostając zalogowanym tutaj." (Lost your phone or didn't log out on a public computer? You can log out of other locations while staying logged in here).
- Bezpieczeństwo logowania do WordPressa** (WordPress login security): This section is partially visible at the bottom.

Krok 5.

Wprowadź adres e-mail (ten sam, co w formularz rejestracyjnym).

Następnie kliknij w przycisk:

Zdobądź nowe hasło



Logowanie do serwisu
Zdrowo jem, więcej wiem

Adres e-mail

Zdobądź nowe hasło

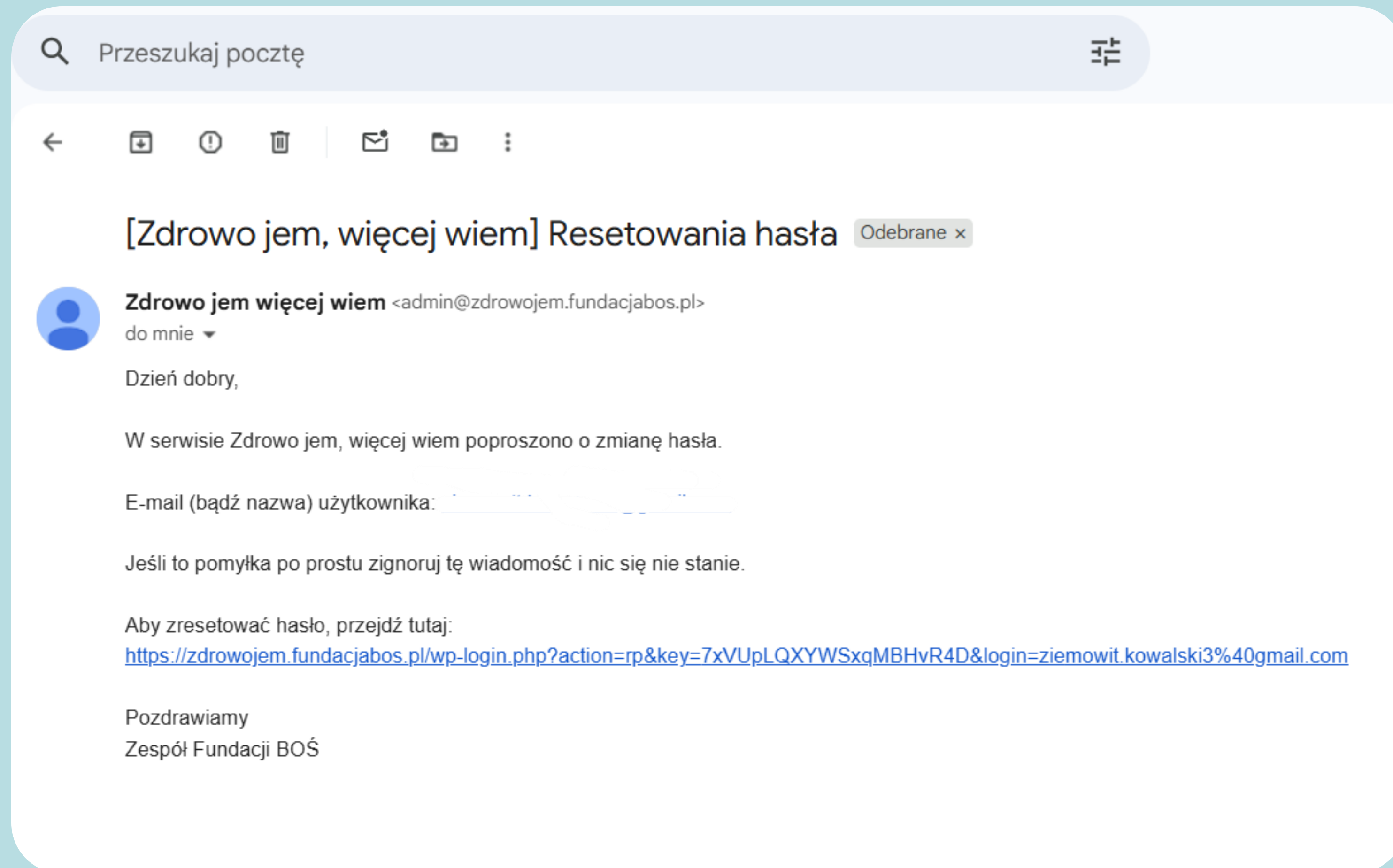
Zaloguj się

← Przejdź do Zdrowo jem, więcej wiem

Sprawdź skrzynkę odbiorczą i otwórz wiadomość „[Zdrowo jem, więcej wiem] Resetowanie hasła”.
Kliknij w link podany w wiadomości.

Jeśli wiadomości nie ma w skrzynce odbiorczej, sprawdź folder SPAM.

W przypadku gdy w ogóle nie otrzymasz wiadomości, skontaktuj się z biurem projektu:
zdrowojem@fundacjabos.pl.




Ustaw nowe hasło. Możesz skorzystać z domyślnego hasła (kliknij w przycisk „Generuj hasło” lub wpisać własne. Pamiętaj o wytycznych do hasła.

Zmianę potwierdź przyciskiem:

Zapisz hasło

Logowanie do serwisu
Zdrowo jem, więcej wiem

Nowe hasło

4W(I9Rxp89f\$\$gzx| 

Silne

Rada: hasło powinno zawierać przynajmniej dwanaście znaków. Aby było silniejsze, użyj małych i wielkich liter, cyfr oraz znaków takich jak: ! " ? \$ % ^ &).

Generuj hasło

Zapisz hasło

Zaloguj się

← Przejdź do Zdrowo jem, więcej wiem

05

Zadania i raporty

Wróć do spisu treści:

- 01 [Podstawowe zasady](#)
- 02 [Rejestracja](#)
- 03 [Logowanie](#)
- 04 [Hasło – zmiana i odzyskanie](#)
- 05 [Zadania i raporty](#)

Punkty za zadania

Komisja ocenia zadania (może przyznać maksymalnie 400 punktów)

Zadanie 1. "Smaki Natury – „Kolorowa Ekspedycja”

Opis przebiegu do 60 punktów; Zdjęcia do 40 punktów.

Zadanie 2. Nasze wybory żywieniowe a środowisko

Opis przebiegu do 60 punktów; Zdjęcia do 40 punktów.

Zadanie 3. Rozmawiamy o jedzeniu w naszej placówce

Opis przebiegu do 40 punktów; Zdjęcia prac do 20 punktów.

Zadanie 4. Forum wiedzy dla rodziców

Opis przebiegu do 60 punktów.

Zadanie 5. Dzielimy się wiedzą

Opis przebiegu do 40 punktów; Zdjęcia do 40 punktów.

Tworzenie raportów z zadań

- Zanim zaczniesz edytować raport z zadania, zapoznaj się z wytycznymi.
- Raporty możesz uzupełniać na bieżąco i zapisywać wersję roboczą.
- Gdy uzupełnisz wszystkie raporty z zadań i je sprawdzisz, możesz przestać raport końcowy do oceny.
- **Pamiętaj!** Przesłanego raportu końcowego nie można edytować.

Krok 1.

Zaloguj się na stronie projektu i przejdź do zakładki Zadania.

Następnie **przejdź do Etap I** – kliknij w przycisk:

Przejdź do etapu I



A screenshot of a web application interface. At the top, there is a navigation bar with a home icon and links for 'O projekcie', 'Regulamin', 'Zadania', 'Terminarz', and 'Pomoce'. Below the navigation bar, the main heading is 'Zadania'. Underneath, there is a section for 'Zerówki i klasy 1-3'. This section contains a sub-heading 'Etap I' followed by a paragraph: 'Etap I poświęcony jest wyborom żywieniowym, które mają wpływ zarówno na zdrowie i środowisko. Zespoły mają do wykonania 5 zadań: Zadanie 1: „Smaki Natury – Kolorowa Ekspedycja” Zadanie 2: Nasze [...]'. At the bottom right of this section, there is a green button labeled 'przejdź do etapu'. Below this section, the heading 'Etap II' is partially visible.

Krok 2.

Wybierz zadanie, które chcesz realizować.

Kliknij w przycisk:

Przejdź do zadania

Zadanie 1. "Smaki Natury – „Kolorowa Ekspedycja”

Przeprowadź z dziećmi zajęcia według scenariusza „Smaki Natury – Kolorowa Ekspedycja” Podczas tych zajęć dzieci poznają produkty nieprzetworzone, lokalne i sezonowe. Uczą się rozpoznawać, które produkty są zdrowe, a które [...]

przejdź do zadania

Zadanie 2. Nasze wybory żywieniowe a środowisko

Przeprowadź z dziećmi zajęcia według scenariusza „Nasze wybory żywieniowe” Podczas tych zajęć dzieci dowiedzą się, że nasze wybory żywieniowe mają wpływ nie tylko na nasze zdrowie, ale też na środowisko. [...]

przejdź do zadania

Zadanie 3. Rozmawiamy o jedzeniu w naszej placówce

Porozmawiajcie o jedzeniu z osobą odpowiedzialną za wyżywienie w Waszej placówce, np. intendentka/intendent albo dyrektora. Jeśli z jednej placówki do projektu zgłosił się więcej niż jeden Zespół, to możecie to [...]

przejdź do zadania

Zadanie 4. Forum wiedzy dla rodziców

Forum wiedzy dla rodziców to okazja, żebyście przekazali rodzicom tę samą porcję wiedzy, którą zdobyliście w trakcie realizacji zadań. Możecie je przeprowadzić w ramach zaplanowanych wywiadówek z rodzicami. Przygotujcie i [...]

przejdź do zadania

Zadanie 5. Dzielimy się wiedzą

Czas na ostatnie zadanie i podzielenie się zdobytą wiedzą z lokalną społecznością. W ramach zadania zorganizujcie akcję promocyjną. Jeśli z jednej placówki do projektu zgłosił się więcej niż jeden Zespół, [...]

Krok 3.

W zadaniu znajdują się dwie zakładki:

Opis zadania – opis przebiegu zrealizowanego zadania;

Raport – techniczne wytyczne do tej części zadania, a po zalogowaniu pole tekstowe do uzupełniania i miejsce dodawania załączników (aktywne po pierwszym zapisaniu zmian).

Etap I (Zerówki i klasy 1-3) / Zadanie 1

Zadanie 1 "Smaki Natury – Kolorowa Ekspedycja"

Etap: **Etap I**

Punkty do zdobycia: **100**

Opis zadania

Raport

Przeprowadź z dziećmi zajęcia według scenariusza „Smaki Natury – Kolorowa Ekspedycja”

Podczas tych zajęć dzieci poznają produkty nieprzetworzone, lokalne i sezonowe. Uczą się rozpoznawać, które produkty są zdrowe, a które nie.

Przebieg lekcji:

1. Powitanie i wprowadzenie
2. Gra ruchowa: „Skocz po supermoc”
3. Zasady zrównoważonego jedzenia dla małych odkrywców i odkrywczyń smaków
4. Podsumowanie i zakończenie

Materiał do realizacji zadania do pobrania:

- Scenariusz lekcji: „Smaki natury – Kolorowa Ekspedycja” (plik pdf)

UWAGA! Jeśli będzie to konieczne, uprość treści lub je pogłęb, dodając więcej szczegółów.

O powodzie zmiany wspomnij w raporcie.

Uwaga!

- **Teksty warto wcześniej napisać w edytorze tekstu**
np. Ms Word,
a następnie skopiować je do raportów z zadań.
- Ms Word daje również możliwość sprawdzenia, ile znaków zawiera tekst.
- Pamiętaj o ograniczonej liczbie znaków w opisach poszczególnych raportach z zadań (te informacje znajdziesz w wytycznych do raportu).

Krok 4.

Uzupelnij opisy we wszystkich zadaniach.

UWAGA! Załączniki możesz dodać po pierwszym zapisaniu zmian.

Żeby zapisać wersję roboczą, kliknij w przycisk:






Zapisz zmiany

- Zdjęcia nie muszą zawierać wizerunków osób. Jeśli będą je zawierały, wgraj zgody tych osób na wykorzystanie wizerunku (załącznik nr 1 do Regulaminu) – te załączniki nie wliczają się do limitu zdjęć.
- Wizerunki osób na zdjęciach możesz zamazać lub zakryć w inny sposób – nie wpływa to na ocenę raportu.
- Oceniamy jakość zdjęć i ich treść.
- Prześlij maksymalnie 10 zdjęć.

✓ Formularz przesłany pomyślnie

Treść raportu

Wizualny Kod

Akapit B I        

Zadanie "Smaki natury"

Liczba znaków: 22

Reload editor

Zapisz zmiany

Dołączone pliki

Przygotuj pliki, które chcesz dołączyć do raportu i wybierz je przy pomocy przycisku poniżej.

Dołącz plik(i)

Lista załączonych plików

Krok 5.

Pod polem tekstowym znajduje się sekcja „Dołączone pliki”.

Przygotuj pliki, które chcesz załączyć.

Kliknij w przycisk:








Dołącz plik

- Zdjęcia nie muszą zawierać wizerunków osób. Jeśli będą je zawierały, wgraj zgody tych osób na wykorzystanie wizerunku (załącznik nr 1 do Regulaminu) – te załączniki nie wliczają się do limitu zdjęć.
- Wizerunki osób na zdjęciach możesz zamazać lub zakryć w inny sposób – nie wpływa to na ocenę raportu.
- Oceniamy jakość zdjęć i ich treść.
- Prześlij maksymalnie 10 zdjęć.

✓ Formularz przesłany pomyślnie

Treść raportu

Wizualny Kod

Akapit B I        

Zadanie "Smaki natury"

Liczba znaków: 22

Reload editor

Zapisz zmiany

Dołączone pliki

Przygotuj pliki, które chcesz dołączyć do raportu i wybierz je przy pomocy przycisku poniżej.

Dołącz plik(i)

Lista załączonych plików

Krok 6.

Znajdź odpowiednie pliki, zaznacz je* i kliknij przycisk „Otwórz”.

Lista załączonych plików wyświetli się poniżej przycisku „Dołącz plik”.









* żeby zaznaczyć kilka plików naraz przytrzymaj CTRL i klikaj na kolejne pliki

- Zdjęcia nie muszą zawierać wizerunków osób. Jeśli będą je zawierały, wgraj zgody tych osób na wykorzystanie wizerunku (załącznik nr 1 do Regulaminu) – te załączniki nie wliczają się do limitu zdjęć.
- Wizerunki osób na zdjęciach możesz zamazać lub zakryć w inny sposób – nie wpływa to na ocenę raportu.
- Oceniamy jakość zdjęć i ich treść.
- Prześlij maksymalnie 10 zdjęć.

✓ Formularz przesłany pomyślnie

Treść raportu

Wizualny Kod

Akapit B I        

Zadanie "Smaki natury"

Liczba znaków: 22

Reload editor

Zapisz zmiany

Dołączone pliki

Przygotuj pliki, które chcesz dołączyć do raportu i wybierz je przy pomocy przycisku poniżej.

Dołącz plik(i)

Lista załączonych plików

Uwaga!

W raporcie wymagamy dołączenia zdjęć, które dokumentują realizację zadań. Nie muszą one zawierać wizerunków osób. **Pamiętaj, że jeśli zdjęcia zawierają wizerunki dzieci lub dzieci są autorami zdjęć, to należy dołączyć do raportu zgodę rodziców na wykorzystanie wizerunku/zdjęcia.**

Skorzystaj z poniższego wzoru zgody:

- Zgoda rodzicielska (dla osób niepełnoletnich)

Zgodę rodzicielską należy wgrać w polach dodatkowych do raportu.

Wizerunek można również w dowolny sposób ukryć/zamazać.

Krok 7.

Jeśli wszystkie raporty z zadań są gotowe, należy dodać wymagane dokumenty.

Przygotuj zgody i kliknij przycisk:

Dodaj pliki

★ Zadanie 4. Forum wiedzy dla rodziców

Forum wiedzy dla rodziców to okazja, żebyście przekazali rodzicom tę samą porcję wiedzy, którą zdobyliście w trakcie realizacji zadań. Możecie je przeprowadzić w ramach zaplanowanych wywiadówek z rodzicami. Przygotujcie i [...]

Status raportu: **Przygotowany**

Liczba znaków: 5/3600

przejdź do zadania

★ Zadanie 5. Dzielimy się wiedzą

Czas na ostatnie zadanie i podzielenie się zdobytą wiedzą z lokalną społecznością. W ramach zadania zorganizujcie akcję promocyjną. Jeśli z jednej placówki do projektu zgłosił się więcej niż jeden Zespół, [...]

Status raportu: **Przygotowany**

Liczba znaków: 5/3600

przejdź do zadania

Wymagane dokumenty

UWAGA!

Wgraj zgody uczestników, jeśli założyłaś/założyłeś im konto na stronie projektu lub ich wizerunki są na wgranych zdjęciach.

Zgody

Dodaj pliki

Max. 30 plików pdf, jpg lub png o wielkości nie większej niż 10MB każdy

Pobierz: **Wzór zgody rodzicielskiej**

Zapoznaj uczniów z: **klauzulą informacyjną dotyczącą przetwarzania danych osobowych**

W jakim stopniu zwiększyliście swoją wiedzę w tematyce projektu?

Proszę podać liczbę odpowiedzi dla poszczególnych wartości







Krok 8.

Znajdź pliki ze zgodami rodzicielskimi, zaznacz je i kliknij przycisk „Otwórz”. Lista załączonych plików wyświetli się powyżej przycisku „Dodaj pliki”. Jeśli się pomylisz, użyj symbolu „x”

Wymagane dokumenty

UWAGA!
Wgraj zgody uczestników, jeśli założyłaś/założyłeś im konto na stronie projektu lub ich wizerunki są na wgranych zdjęciach.

Zgody

▼▲	<input type="text" value="ZJWW_Projekt"/>	  
▼▲	<input type="text" value="ZJWW_Projekt"/>	  

Max. 30 plików pdf, jpg lub png o wielkości nie większej niż 10MB każdy
Pobierz: [Wzór zgody rodzicielskiej](#)
Zapoznaj uczniów z: [klauzulą informacyjną dotyczącą przetwarzania danych osobowych](#)

W jakim stopniu zwiększyliście swoją wiedzę w tematyce projektu?

Proszę podać liczbę odpowiedzi dla poszczególnych wartości

Liczba odpowiedzi 1 ..

Liczba odpowiedzi 2 ..

Liczba odpowiedzi 3 ..

Krok 9.

Po dodaniu wszystkich zgód, zjedź niżej i wybierz przycisk:

Zapisz dane

0

Liczba odpowiedzi 6 *

0

Liczba rodziców na zebraniu *

0

Promocja

Liczba zorganizowanych wydarzeń *

0

Liczba uczestników wydarzeń *

0

Liczba odbiorców promocji *

0

Linki do materiałów

Następny

Zapisz dane

Krok 10.

Wróć do pytania o zwiększenie wiedzy i promocję. To ankieta ewaluacyjna, która pomoże nam zbierać dane i ulepszać projekt.



W jakim stopniu zwiększyliście swoją wiedzę w tematyce projektu?

Proszę podać liczbę odpowiedzi dla poszczególnych wartości

Liczba odpowiedzi 1.*

0

Liczba odpowiedzi 2.*

0

Liczba odpowiedzi 3.*

0

Liczba odpowiedzi 4.*

0

Liczba odpowiedzi 5.*

0

Liczba odpowiedzi 6.*

0

Liczba rodziców na zebraniu.*

0

Promocja

Liczba zorganizowanych wydarzeń.*

0

Liczba uczestników wydarzeń.*

0

Liczba odbiorców promocji.*

0

Linki do materiałów

Krok 11.

Po przeprowadzeniu wszystkich zadań zapytaj dzieci, w jakim stopniu zwiększyli swoją wiedzę z projektu. Możesz zrobić to w dowolny sposób.

Skala to:

1 – brak wzrostu wiedzy

6 – znaczący wzrost wiedzy.

Zanotuj odpowiedzi każdego z nich i umieść w odpowiednich polach. Na przykład: Jeżeli 10 dzieci odpowiedziało, że oceniają wzrost wiedzy na „6” zamieść w polu „Liczba odpowiedzi 6” liczbę 10.

Krok 12.

Odnotuj liczbę zorganizowanych wydarzeń, szacunkową liczbę ich uczestników, a także do ilu osób dotarliście z akcją promocyjną (zdanie „Dzielimy się wiedzą”).

Jeśli materiały o Waszych działaniach pojawiły się w Internecie, zamieść do nich linki. Na końcu użyj przycisku:

Zapisz dane

Liczba odpowiedzi 2 *

0

Liczba odpowiedzi 3 *

0

Liczba odpowiedzi 4 *

0

Liczba odpowiedzi 5 *

0

Liczba odpowiedzi 6 *

0

Liczba rodziców na zebraniu *

0

Promocja

Liczba zorganizowanych wydarzeń *

0

Liczba uczestników wydarzeń *

0

Liczba odbiorców promocji *

0

Linki do materiałów

Następny

UWAGA!

- Zarówno dodanie zgód, jak i ewaluację, dodaj przed przestanie raportu z etapu. Później nie będzie to możliwe.
- Przeprowadzenie ewaluacji warto zaplanować wcześniej.
- Pamiętaj, że ewaluacja dotyczy całego etapu, a nie poszczególnych zadań.

Krok 13.

Zanim prześlesz raport, możesz sprawdzić treść poszczególnych zadań i w razie potrzeby wprowadzić w nich korekty.

Aby zobaczyć poszczególne zadania, wybierz przycisk:

Przejdź do zadania

Zadania

★ Zadanie 1. "Smaki Natury – Kolorowa Ekspedycja"

Przeprowadź z dziećmi zajęcia według scenariusza „Smaki Natury – Kolorowa Ekspedycja” Podczas tych zajęć dzieci poznają produkty nieprzetworzone, lokalne i sezonowe. Uczą się rozpoznawać, które produkty są zdrowe, a które [...]

Status raportu: **Przygotowany**

Liczba znaków: 22/3600

przejdź do zadania

★ Zadanie 2. Nasze wybory żywieniowe a środowisko

Przeprowadź z dziećmi zajęcia według scenariusza „Nasze wybory żywieniowe” Podczas tych zajęć dzieci dowiedzą się, że nasze wybory żywieniowe mają wpływ nie tylko na nasze zdrowie, ale też na środowisko. [...]

Status raportu: **Przygotowany**

Liczba znaków: 4/3600

przejdź do zadania

★ Zadanie 3. Rozmawiamy o jedzeniu w naszej placówce

Porozmawiajcie o jedzeniu z osobą odpowiedzialną za wyżywienie w Waszej placówce, np. intendentka/intendent albo dyrekcja. Jeśli z jednej placówki do projektu zgłosił się więcej niż jeden Zespół, to możecie to [...]

Status raportu: **Przygotowany**

Liczba znaków: 5/3600

przejdź do zadania

★ Zadanie 4. Forum wiedzy dla rodziców

Forum wiedzy dla rodziców to okazja, żebyście przekazali rodzicom tę samą porcję wiedzy, którą zdobyliście w trakcie realizacji zadań. Możecie je przeprowadzić w ramach zaplanowanych wywiadówek z rodzicami. Przygotujcie i [...]

Status raportu: **Przygotowany**

Liczba znaków: 5/3600

przejdź do zadania

★ Zadanie 5. Dzielimy się wiedzą

Czas na ostatnie zadanie i podzielenie się zdobytą wiedzą z lokalną społecznością. W ramach zadania zorganizujcie akcję promocyjną. Jeśli z jednej placówki do projektu zgłosił się więcej niż jeden Zespół, [...]

Status raportu: **Przygotowany**

przejdź do zadania

Krok 14.

Po sprawdzeniu zadań, wróć do widoku wszystkich zadań i przewiń na dół strony.

Zadania

★ Zadanie 1. "Smaki Natury – Kolorowa Ekspedycja"

Przeprowadź z dziećmi zajęcia według scenariusza „Smaki Natury – Kolorowa Ekspedycja” Podczas tych zajęć dzieci poznają produkty nieprzetworzone, lokalne i sezonowe. Uczą się rozpoznawać, które produkty są zdrowe, a które [...]

Status raportu: **Przygotowany**

Liczba znaków: 22/3600

[przejdź do zadania](#)

★ Zadanie 2. Nasze wybory żywieniowe a środowisko

Przeprowadź z dziećmi zajęcia według scenariusza „Nasze wybory żywieniowe” Podczas tych zajęć dzieci dowiedzą się, że nasze wybory żywieniowe mają wpływ nie tylko na nasze zdrowie, ale też na środowisko. [...]

Status raportu: **Przygotowany**

Liczba znaków: 4/3600

[przejdź do zadania](#)

★ Zadanie 3. Rozmawiamy o jedzeniu w naszej placówce

Porozmawiajcie o jedzeniu z osobą odpowiedzialną za wyżywienie w Waszej placówce, np. intendentka/intendent albo dyrekcja. Jeśli z jednej placówki do projektu zgłosił się więcej niż jeden Zespół, to możecie to [...]

Status raportu: **Przygotowany**

Liczba znaków: 5/3600

[przejdź do zadania](#)

★ Zadanie 4. Forum wiedzy dla rodziców

Forum wiedzy dla rodziców to okazja, żebyście przekazali rodzicom tę samą porcję wiedzy, którą zdobyliście w trakcie realizacji zadań. Możecie je przeprowadzić w ramach zaplanowanych wywiadówek z rodzicami. Przygotujcie i [...]

Status raportu: **Przygotowany**

Liczba znaków: 5/3600

[przejdź do zadania](#)

★ Zadanie 5. Dzielimy się wiedzą

Czas na ostatnie zadanie i podzielenie się zdobytą wiedzą z lokalną społecznością. W ramach zadania zorganizujcie akcję promocyjną. Jeśli z jednej placówki do projektu zgłosił się więcej niż jeden Zespół, [...]

Status raportu: **Przygotowany**

[przejdź do zadania](#)

UWAGA!

- Gdy prześlesz raport, nie będziesz mogła/mógł go już edytować.
- Termin przestania raportów z I etapu mija 11 marca 2026 r. (do 23:59).
- Po tym terminie za każdy dzień spóźnienia naliczamy 5 punktów karnych.
- Ostateczny termin na przestanie raportów mija 18 marca 2026 r. (do 23:59).
- W razie pytań, zachęcamy do kontaktu: zdrowojem@fundacjabos.pl

Krok 15.

Jeśli chcesz już przestać raport,
wybierz przycisk:

Wyślij raport do oceny

Promocja

Liczba zorganizowanych wydarzeń *

Liczba uczestników wydarzeń *

Liczba odbiorców promocji *

Linki do materiałów

Następny

Zapisz dane

Wyślij raport do oceny

Jeżeli wykonaliście już wszystkie zadania, możecie wysłać raport do oceny. Pamiętajcie, że po jego wystaniu zostanie zablokowana możliwość edycji poszczególnych zadań.

Wyślij raport do oceny

Krok 16.

Zatwierdź wysłanie raportu do oceny przyciskiem:

OK

The screenshot shows a web browser window at the URL `zdrowojem.fundacjabos.pl/etap/etap-i/`. The main content is a form titled "Promocja" with the following fields:

- Liczba zorganizowanych wydarzeń: 1
- Liczba uczestników wydarzeń: 20
- Liczba odbiorców promocji: 100
- Linki do materiałów: (empty text area)

Below the form is a "Następny" button. A "Zapisz dane" button is located in the bottom right corner of the form area.

A modal dialog box is displayed in the center, titled "Komunikat ze strony zdrowojem.fundacjabos.pl". The message reads: "Wysłać raport całościowy do oceny? Po wysłaniu raportu do oceny, zablokowana zostanie możliwość edytowania opracowanych raportów". The dialog has two buttons: "OK" and "Anuluj".

Below the dialog, there is a section titled "Wyślij raport do oceny" with the text: "Jeżeli wykonaliście już wszystkie zadania, możecie wysłać raport do oceny. Pamiętajcie, że po jego wysłaniu zostanie zablokowana możliwość edycji poszczególnych zadań." Below this text is a green button labeled "Wyślij raport do oceny".

Krok 17.

Po prawidłowym wysłaniu raportu, na miejscu przycisku zobaczysz datę jego wysłania.



The screenshot shows a web browser window with the address bar containing "zdrowojem.fundacjabos.pl/etap/etap-i/". The main content area displays a confirmation message: "Raport z etapu" followed by "Wasz raport z etapu został wysłany 2025-12-08 09:25:16. Więcej informacji znajdziesz na stronie Twoje zgłoszenie". Below this, there are sections for "PARTNERZY:" featuring logos for BOS BANK and BOS DOM MAKLESKI, and "PATRONAT HONOROWY:" featuring logos for the Minister of Education and the Ministry of Climate and Environment. The footer contains contact information for the project office, social media icons for Facebook, Instagram, and LinkedIn, and links to documents and a newsletter sign-up button.

zdrowojem.fundacjabos.pl/etap/etap-i/


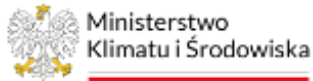
Raport z etapu

Wasz raport z etapu został wysłany 2025-12-08 09:25:16. Więcej informacji znajdziesz na stronie Twoje zgłoszenie

PARTNERZY:

PATRONAT HONOROWY:




 

Biuro projektu

Fundacja Banku Ochrony Środowiska
zdrowojem@fundacjabos.pl
507 006 579
ul. Żelazna 32
00-830 Warszawa

Biuro jest czynne
od poniedziałku do piątku
w godzinach: 10:00-14:00

Znajdź nas

Zapisz się do newslettera

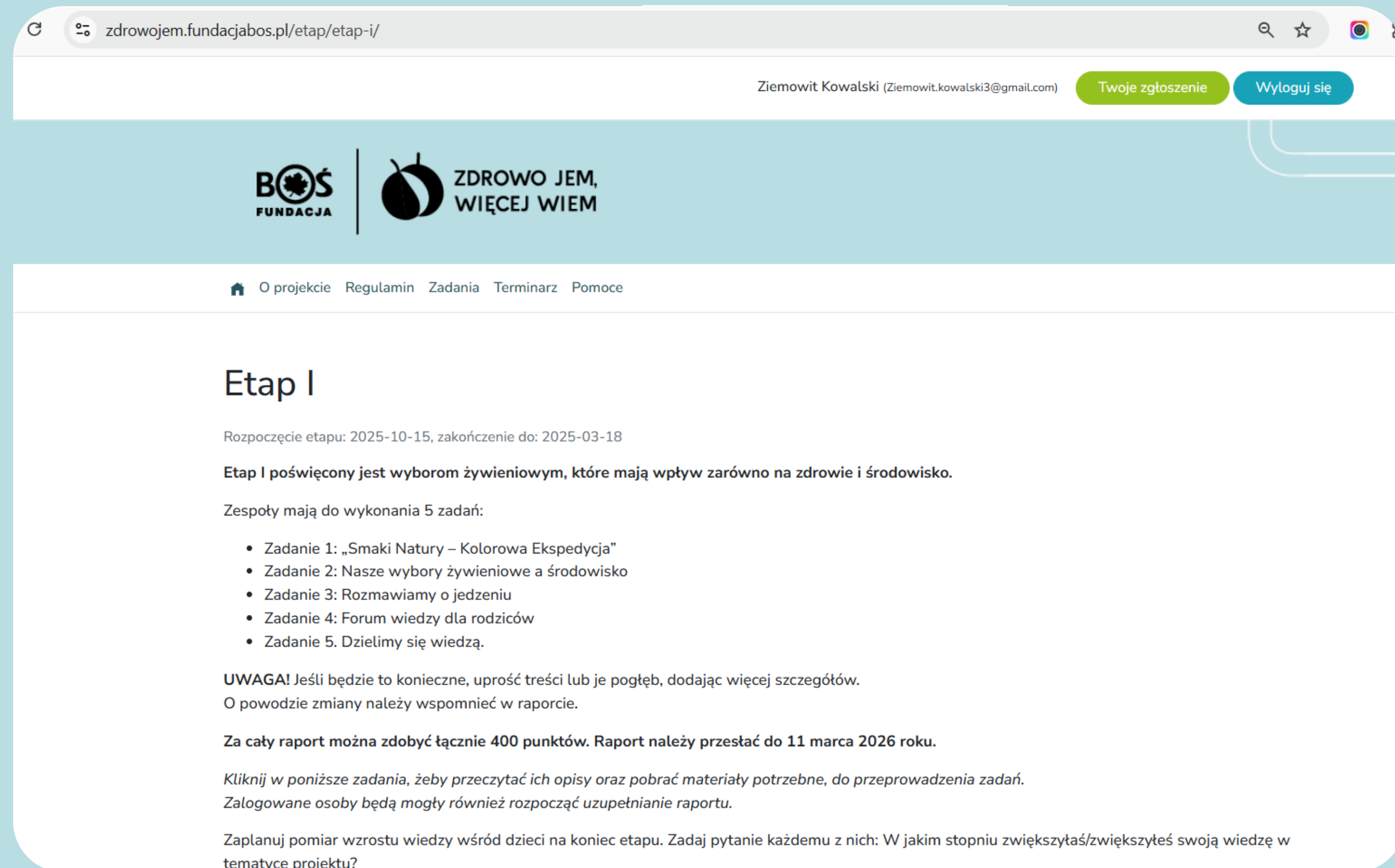
Dokumenty

Polityka prywatności
Regulamin o świadczeniu usług drogą elektroniczną

Krok 18.

Jeśli chcesz sprawdzić, jak wygląda złożony raport przewiń stronę do góry i kliknij w przycisk:

Twoje zgłoszenie



zdrowojem.fundacjabos.pl/etap/etap-i/

Ziemowit Kowalski (Ziemowit.kowalski3@gmail.com) [Twoje zgłoszenie](#) [Wyloguj się](#)

BOS FUNDACJA | **ZDROWO JEM, WIĘCEJ WIEM**

[O projekcie](#) [Regulamin](#) [Zadania](#) [Terminarz](#) [Pomoce](#)

Etap I

Rozpoczęcie etapu: 2025-10-15, zakończenie do: 2025-03-18

Etap I poświęcony jest wyborom żywieniowym, które mają wpływ zarówno na zdrowie i środowisko.

Zespoły mają do wykonania 5 zadań:

- Zadanie 1: „Smaki Natury – Kolorowa Ekspedycja”
- Zadanie 2: Nasze wybory żywieniowe a środowisko
- Zadanie 3: Rozmawiamy o jedzeniu
- Zadanie 4: Forum wiedzy dla rodziców
- Zadanie 5. Dzielimy się wiedzą.

UWAGA! Jeśli będzie to konieczne, uprość treści lub je pogłęb, dodając więcej szczegółów. O powodzie zmiany należy wspomnieć w raporcie.

Za cały raport można zdobyć łącznie 400 punktów. Raport należy przestać do 11 marca 2026 roku.

Kliknij w poniższe zadania, żeby przeczytać ich opisy oraz pobrać materiały potrzebne, do przeprowadzenia zadań. Zalogowane osoby będą mogły również rozpocząć uzupełnianie raportu.

Zaplanuj pomiar wzrostu wiedzy wśród dzieci na koniec etapu. Zadaj pytanie każdemu z nich: W jakim stopniu zwiększyłeś/zwiększyłaś swoją wiedzę w tematyce projektu?

Krok 19.

Przewiń stronę do dołu i kliknij przycisk:

Zobacz podsumowanie

Wybierz zgłoszenie do zarządzania [Zmień](#)

Twoje konto

[Edycja profilu](#)

Twoje zgłoszenie: **Test po uruchomieniu 2** [Edycja zgłoszenia](#)

Placówka: **Testowa im. Zdrowo jem**
Adres:
Test 1, Testowo
05-900 Polska

Raporty z zadań - przejdź do [Zadań](#), żeby zarządzać raportami. [zobacz podsumowanie](#)

Zadanie	Etap	Ost. aktualizacja	Status	Liczba znaków
Zadanie 1	Etap I	2025-12-08 09:25:16	złożony	22
Zadanie 2	Etap I	2025-12-08 09:25:16	złożony	4
Zadanie 3	Etap I	2025-12-08 09:25:16	złożony	5
Zadanie 4	Etap I	2025-12-08 09:25:16	złożony	5
Zadanie 5	Etap I	2025-12-08 09:25:16	złożony	5