

---

# **REGULAMIN**

## **Wortalu Piękny Umysł i czata PUCzat.PL**

---

Aktualizacja: 15.05.2024

### **§ 1**

#### **Informacje ogólne**

Wortal, w którego skład wchodzi: chat (zwany PUCzatem), forum internetowe, baza wideo oraz strona WWW – zwany dalej Wortalu Piękny Umysł lub Pięknym Umysłem, w skrócie PU, jest bezpłatną platformą internetową:

- skupiającą osoby dotknięte kryzysem psychicznym lub zaburzeniami natury psychicznej oraz ich otoczenie społeczne (w tym rodziny i znajomych chorych).
- wspieraną przez dobrowolne darowizny swoich członków, zwanych dalej użytkownikami/ userami PU.

### **§ 2**

#### **Cele Wortalu Piękny Umysł**

Wortal został stworzony w celu:

1. stworzenia przestrzeni i możliwości dzielenia się przeżyciami z osobami, które mają podobne doświadczenia dotyczące kryzysu psychicznego.
2. wzajemnego wspierania się i samopomocy w zakresie przezwyciężania kryzysu czy radzenia sobie z chorobą,
3. integracji osób, które doświadczyły kryzysu psychicznego,
4. edukacji na temat zaburzeń i chorób psychicznych oraz ich leczenia,
5. obalania mitów i stereotypów na temat chorób i zaburzeń psychicznych.

### **§ 3**

#### **Zasady obowiązujące na Wortalu Piękny Umysł**

1. Bądź miły i uprzejmy. Wspólnie tworzymy serdeczną atmosferę. Traktujemy się z szacunkiem. Urozmaicone dialogi to normalna rzecz, ale pamiętaj o uprzejmości. Obowiązuje zakaz agresji słownej, obrażania innych (w tym również ze względu na jego przekonania religijne, polityczne, światopoglądowe, społeczne, czy odmienną orientację seksualną itd.), naśmiewania się z innych użytkowników czy ich problemów (szczególnie na podłożu chorobowym), zastraszania innych, nękania i innych zachowań nieakceptowanych społecznie.
2. Każdy dzieli się z innym swoimi doświadczeniami, czy informacjami o sobie,

tylko we własnych granicach komfortu. W sytuacji, gdy ktoś chce zadbać o poufność polecamy rozmowy na priv z danym rozmówcą.

3. Każdy użytkownik stara się i dba o normalną, jasną komunikację z innymi użytkownikami na wortalu i obecny stan zdrowia ma to umożliwiać. Wypowiadane przez nas komunikaty nie mogą wpływać negatywnie na pozostałych użytkowników (aktywna psychoza, mania, nasilona depresja i inne).
4. Nie propagujemy treści antypsychiatrycznych i niezgodnych ze stanem współczesnej wiedzy medycznej na temat zaburzeń i chorób psychicznych. Jesteśmy świadomi swoich dolegliwości oraz uznającymi jej współczesne medyczne i terapeutyczne sposoby leczenia. Nie zachęcamy innych do porzucenia leczenia się i zażywania leków psychiatrycznych, jak i innych.
5. Nie propagujemy treści nielegalnych i ściganych prawem.
6. Używamy jednego nicka, z wyjątkiem sytuacji opisanej w § 4 punkt 6. Zabrania się natomiast samodzielnej zmiany nicka w celu dezinformacji innych użytkowników bądź w celu łamania pozostałych zasad, praw i obowiązków obowiązujących na wortalu. W przypadku utraty hasła do swojego nicka NIE NALEŻY ZAKŁADAĆ NOWEGO KONTA, lecz prosimy nadać nowe hasło, używając opcji „odzyskaj hasło” lub powiadomić administratorów.

#### § 4

### PRAWA Użytkowników

#### **Użytkownik ma prawo:**

1. w pełni uczestniczyć w dyskusjach.
2. wyrażać swoje opinie w każdej sprawie i na każdy temat,
3. wymieniać się swoimi poglądami i przemyśleniami z innymi użytkownikami, szczególnie dotyczącymi choroby i sposobami radzenia sobie z nią,
4. zwracać się o pomoc, wsparcie czy radę do innych użytkowników PUCzatu, jeśli znajdzie taka potrzeba.
5. nie brać udziału w dyskusji, jeśli tego nie chce lub nie potrzebuje,
6. do zmiany swojego nicka raz na kwartał. Aby to uczynić, należy skontaktować się z Adminami Pięknego Umysłu, którzy dokonają zmiany i odnotują to na stronie z historią zmian nicków.

#### § 3

### OBOWIĄZKI Użytkowników

#### **Użytkownik ma obowiązek:**

1. przenieść rozmowę do pokoju freetalk lub na wiadomości prywatne, gdy chce rozmawiać na tematy:
  - czysto towarzyskie,
  - związane z erotyzmem,
  - powodujące występowanie dużej liczby wulgaryzmów,
  - powodujące obrzydzenie lub kontrowersje wśród innych użytkowników.

2. Z uwagi na skrajności odnośnie postaw politycznych każdej osoby, nakazuje się podejmować rozmowy polityczne tylko w pokoju „polityka”.
3. Z uwagi na skrajności odnośnie postaw odnośnie wiary każdej osoby, nakazuje się podejmować rozmowy o wierze tylko w pokoju „wiara”.
4. Używać jednego konta, nawet w sytuacji, gdy otrzyma bana. Jeśli będzie naruszał ten obowiązek otrzyma przedłużenie bana nawet do 10-krotności czasu pierwotnego bana.
5. Użytkownicy i moderatorzy muszą przestrzegać poniższej gradacji czasu banów:
  - pierwszy ban może trwać od 48 h do 1 tygodnia czasu,
  - drugi i trzeci ban może trwać od 48 h do 1 miesiąca czasu,
  - czwart i kolejne może trwać od 1 miesiąca do 1 roku czasu,
  - po 3 latach poprawnego zachowania użytkownika czasy banów się zerują.

## § 5

### PRAWA i OBOWIĄZKI Moderatorów

1. Moderatorem może zostać każdy Użytkownik, który regularnie korzysta/wchodzi na czat i da się poznać jako porządny, przyjazny, komunikatywny, tolerancyjny oraz zrównoważony człowiek. W celu zostania Moderatorem/OPem należy powiadomić o chęci pełnienia tej funkcji Administratorów PUCzata, którzy rozpatrzą wniosek oraz przydzielą okres próbny – 2 tygodnie (który jednak może zakończyć się wcześniej w przypadku zastrzeżeń Adminów).
2. Funkcja Moderatora może zostać w każdej chwili odebrana, lub czasowo zawieszona, na wniosek Adminów oraz innych OPów – ale musi być konstruktywnie uzasadniona i potwierdzona, najlepiej dowodami.
3. Moderator ma PRAWO zbanować każdego Użytkownika, który nie stosuje się do Regulaminu, w szczególności do punktów zawartych w §3, §4, §5 oraz nie posłuchał się dwóch uprzednich ostrzeżeń dokonanych przez Moderatora/Moderatorów.
4. Moderator po każdym zbanowaniu powinien niezwłocznie powiadomić o zbanowaniu danego użytkownika Administratorów PU.
5. Odbanować Użytkownika mogą tylko Administratorzy PU, dlatego Moderator powinien banować ostrożnie i tylko w uzasadnionych przypadkach.
6. Moderator MA PRAWO nałożyć bana na każdego odwiedzającego czat, jeśli jego stan zdrowia psychicznego (w ocenie moderatora) uniemożliwia mu prowadzenie normalnej komunikacji z innymi użytkownikami oraz wypowiedane przez niego komunikaty wpływają negatywnie na pozostałych uczestników konwersacji na czacie. Mowa tutaj o widocznej, bardzo nasilonej psychozie użytkownika, jak i głębokiej depresji.
7. Administratorzy mają 48 godzin na rozpatrzenie wniosku o zdjęcie bana z danego Użytkownika po jego pisemnej prośbie pod adresem kontaktowym:

---

admins@puczat.pl.

## § 5

### **PRAWA i OBOWIĄZKI Młodszych Moderatorów**

1. Młodszy Moderator ma prawo zwracać uwagę innym użytkownikom, w przypadku nieprzestrzegania Regulaminu Wortalu Piękny Umysł.
2. Młodszy Moderator ma obowiązek łagodzić waśnie i spory między uczestnikami poprzez dialog.
3. Młodszy Moderator ma prawo powiadamiania Moderatorów i Adminów Wortalu o łamaniu niniejszego Regulaminu przez konkretnych użytkowników.

## § 6

### **Usuwanie kont użytkowników z naszego Wortalu**

1. Każdy i w każdym momencie ma prawo ubiegać się o usunięcie konta z naszego Wortalu, w szczególności z PUCzatu. Aby to zrobić, należy skontaktować się z użytkownikiem JaPa poprzez PUCzat lub wysyłając e-mail na adres admins@puczat.pl lub wiadomość poprzez formularz kontaktowy.
2. Admini Wortalu Piękny Umysł są zobowiązani do usunięcia konta w przeciągu 48 godzin od wpłynięcia prośby o jego usunięcie.
3. Administratorzy Wortalu Piękny Umysł mają prawo bez pytania właścicieli usunąć konta, na które nie było logowania dłużej niż 1 rok kalendarzowy.
4. Administratorzy Wortalu Piękny Umysł mają prawo bez pytania właścicieli usunąć konta w dowolnym momencie, do których są przypisane nie istniejące już adresy e-mail.
5. Administratorzy Wortalu Piękny Umysł mogą usunąć w każdym momencie konta osób, które w przeciągu 1 roku kalendarzowego otrzymały więcej niż 3 bany.

## § 7

### **Prawa i obowiązki w usługach/serwisach pobocznych**

1. Wortal Piękny Umysł oferuje poboczne usługi internetowe takie jak:
  - Strona WWW dostępna pod adresem: <https://web.puczat.pl>,
  - Internetowe Forum wymiany poglądów dostępne pod adresem: <https://forum.puczat.pl>,
  - Internetowa Baza Video dostępna pod adresem: <https://video.puczat.pl>,
2. Użytkownicy tych stron mogą korzystać z nich za darmo na zasadach niniejszego Regulaminu.
3. Użytkownicy mają prawo do rejestracji w każdym momencie do naszych usług pobocznych, jednak administratorzy bez podania przyczyny mogą nie aktywować danego konta lub wyłączyć dane konto w każdym momencie, jeżeli

podjmą taką decyzję chroniąc innych naszych użytkowników czy bezpieczeństwo danych całego Wortalu.

## § 8

### Zapisy odnośnie danych osobowych / RODO

1. Podczas rejestracji konta na naszym portalu zgadzamy się z zapisami tego regulaminu oraz dobrowolnie zgadzamy się na zapis swoich danych osobowych w bazie wortalu, takich jak:
  - dowolny nick,
  - swój adres e-mail,
  - dowolne hasło
2. Administratorem danych osobowych w naszym portalu oraz Administratorem bezpieczeństwa informacji jest użytkownik o nicku: JAPA.
3. Jego tożsamość można pozyskać wysyłając e-mail na adres [admins@puczat.pl](mailto:admins@puczat.pl).
4. Każdy użytkownik w dowolnym momencie czasu ma prawo przejrzeć zapisy w naszej bazie danych, zapisy te zmodyfikować lub usunąć. W tym celu należy skontaktować się poprzez czat z użytkownikiem: JAPA lub wysyłając wiadomość e-mail na adres: [admins@puczat.pl](mailto:admins@puczat.pl).
5. Dane osobowe użytkowników nie są i nie będą używane do:
  - rozsyłania ofert reklamowych,
  - sprzedaży tych danych osobom czy firmom trzecim,
  - ujawniania danych osobowych innym użytkownikom portalu
6. Dane osobowe są używane do rozsyłania newslettera portalu nie częściej niż raz na kwartał.  
Domyślnie do newslettera są dodawani wszyscy nowi użytkownicy, jednak każdy może się z niego wypisać, w każdym momencie, używając dowolnego listu otrzymanego z naszego newslettera.
7. Nasz Wortal, w tym PUCzat, Forum oraz Nasz Kwartalnik rozsyłany drogą mailową jest zgodny z dyrektywą RODO (Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych, w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych). Przeczytaj co wiąże się z RODO na wikipedia:

[https://pl.wikipedia.org/wiki/Og%C3%B3lne\\_rozporz%C4%85dzenie\\_o\\_ochronie\\_danych](https://pl.wikipedia.org/wiki/Og%C3%B3lne_rozporz%C4%85dzenie_o_ochronie_danych)  
[https://pl.wikipedia.org/wiki/Og%C3%B3lne\\_rozporz%C4%85dzenie\\_o\\_ochronie\\_danych](https://pl.wikipedia.org/wiki/Og%C3%B3lne_rozporz%C4%85dzenie_o_ochronie_danych)

Oraz tekst źródłowy tego rozporządzenia:

[http://eur-lex.europa.eu/legal-content/PL/TXT/?uri=uriserv:OJ.L\\_.2016.119.01.0001.01.POL&toc=OJ:L:2016:119:TOC](http://eur-lex.europa.eu/legal-content/PL/TXT/?uri=uriserv:OJ.L_.2016.119.01.0001.01.POL&toc=OJ:L:2016:119:TOC)

**ZAŁĄCZNIKI:**

1. **Lista aktualnych administratorów Wortalu Piękny Umysł,**
2. **Lista aktualnych moderatorów Wortalu Piękny Umysł,**
3. **Lista aktualnych młodszych moderatorów Wortalu Piękny Umysł,**
4. **Lista aktualnych pokoi publicznych w czacie PUCzat.PL i ich przeznaczenie:**

**<https://web.puczat.pl/wp/regulamin/>**

5. **Lista aktualnie z banowanych użytkowników:**

**<https://web.puczat.pl/wp/czat/bany/>**

6. **Lista historii zmiany nicków użytkowników:**

**<https://web.puczat.pl/wp/historia-nickow/>**

7. **Z anonimizowana lista automatycznie usuniętych, nieużywanych kont:**

**<https://web.puczat.pl/wp/czat/usuniete-konta/>**

8. **Adres formularza kontaktowego:**

**<https://web.puczat.pl/wp/kontakt/>**