

## Informacje dotycząca zdrowia i bezpieczeństwa użytkownika gogli VR

### § 1.

1. Przed przystąpieniem do używania sprzętu VR każdy uczestnik powinien zapoznać się z niniejszą informacją, aby uniknąć kontuzji i odczucia dyskomfortu.
2. W razie wcześniejszego występowania chorób serca, drgawek lub innych objawów epileptycznych, chorób układu nerwowego; zaburzeń psychicznych (np. stany lękowe lub zespół stresu pourazowego); schorzeń wpływających na zdolność bezpiecznego wykonywania aktywności fizycznych, a także w przypadku ciąży lub podeszłego wieku, przed rozpoczęciem korzystania z urządzeń VR należy skonsultować się z lekarzem.
3. Osoby, u których występowały w przeszłości schorzenia o których mowa w ust. 2, a także kobiety w ciąży zobowiązane są poinformować o tym obsługę przed rozpoczęciem sesji VR.
4. W przypadkach występowania schorzeń, o których mowa w ust. 2, korzystanie ze sprzętu VR jest możliwe po pozytywnym wyniku konsultacji lekarskiej. Każdy uczestnik przed przystąpieniem do używania sprzętu VR zobowiązany złożyć oświadczenie stanowiące załącznik nr 1 do niniejszej informacji.
5. Z urządzeń VR nie należy korzystać w przypadku choroby, zmęczenia, bycia pod wpływem alkoholu, środków odurzających, leków lub braku ogólnego dobrego samopoczucia, ponieważ mogą one przyczynić się do pogorszenia tego stanu.

### § 2.

1. Zawartość wyświetlana za pomocą urządzenia może być intensywna, absorbująca i prezentowana w sposób rzeczywisty oraz może wyzwać odpowiednią reakcję mózgu i ciała. Niektóre rodzaje zawartości mogą prowadzić do niepożądanych objawów wskazanych w ust. 2.
2. W przypadku wystąpienia: drgawek, ruchów mimowolnych, zawrotów głowy, podwyższonego tętna, nagłych skoków ciśnienia krwi, ataków paniki, napadów lękowych, zaburzenia widzenia, zaburzenia równowagi, nudności, bólu głowy lub oczu, objawów podobnych do choroby lokomocyjnej lub innych niepokojących, należy niezwłocznie poinformować o tym obsługę i natychmiast przerwać sesję.
3. Objawy „choroby posymulacyjnej” wskazane w ust. 2 mogą utrzymywać się przez kilka godzin po zakończeniu sesji. Jeżeli trwają zbyt długo lub nasilają się, należy bezzwłocznie udać się do lekarza. Objawy te mogą zwiększać ryzyko kontuzji podczas aktywności podejmowanych w świecie rzeczywistym, dlatego do czasu ich ustąpienia nie należy, w szczególności, prowadzić samochodu, jeździć na rowerze i wykonywać innych czynności wymagających nienagannej równowagi i koordynacji oraz pełnej sprawności psychicznej.
4. Niektóre osoby (około 1 na 4000) mogą odczuwać bóle głowy, drgawki, drgawki epileptyczne oraz może występować u nich również utrata świadomości spowodowana przez jasne rozbłyski i wzory. Wskazane objawy spotykane są najczęściej u dzieci i młodzieży poniżej 20 roku życia.

5. Samodzielne korzystanie ze sprzętu przez osoby niepełnoletnie, jest możliwe jedynie za pisemną zgodą opiekuna prawnego stanowiącą załącznik nr 2 do regulaminu.
6. Urządzenia używane w technologii VR mogą mieć wpływ na otaczającą elektronikę, m.in. rozruszniki serca. Osoby korzystające z rozrusznika serca lub innego urządzenia medycznego o podobnym charakterze, mogą korzystać z zestawu VR po uprzedniej konsultacji lekarskiej. W przypadku zakłócenia działania urządzeń medycznych należy zaprzestać korzystania z zestawu VR.
7. Zbyt intensywne korzystanie z urządzeń VR, przede wszystkim z kontrolerów, może być przyczyną kontuzji mięśni i stawów. Jeżeli podczas gry występują objawy z tym związane takie jak: drętwienie, mrowienie, sztywność zalecany jest odpoczynek. Podczas korzystania z kontrolerów ręcznych należy je stabilnie i mocno trzymać. Brak stabilności kontrolerów ręcznych może być przyczyną obrażeń lub szkód materialnych.
8. Po założeniu gogli VR użytkownik nie widzi otoczenia. Dlatego podczas sesji osoby postronne nie powinny wchodzić do strefy VR, gdyż grozi to obrażeniami.
9. Instytut Pamięi Narodowej – Komisja Ścigania Zbrodni przeciwko Narodowi Polskiemu nie ponosi odpowiedzialności za jakiegokolwiek obrażenia i uszczerbek na zdrowiu oraz szkody materialne, wynikłe z niestosowania się do informacji dotyczących zdrowia i bezpieczeństwa użytkownika oraz poleceń obsługi salonu. Pełną odpowiedzialność ponoszą dorośli użytkownicy, a w wypadku osób niepełnoletnich ich rodzice lub opiekunowie prawni.

### § 3.

1. Aby komfortowo korzystać z doznań rzeczywistości wirtualnej, należy posiadać niezachwiane poczucie równowagi i pełną sprawność ruchową. Nie należy używać gogli, jeśli występują którekolwiek z poniższych zjawisk, ponieważ mogłyby zwiększyć podatność na występowanie niekorzystnych objawów:
  - 1) zmęczenie lub wyczerpanie;
  - 2) senność;
  - 3) bycie pod wpływem alkoholu lub środków odurzających;
  - 4) zatrucie alkoholowe;
  - 5) mdłości lub problemy z układem trawiennym;
  - 6) niepokój lub stres;
  - 7) przeziębienie, grypa, bóle głowy, migrena lub ból ucha.
2. U niektórych osób (około 7 na 4000) mogą występować zawroty głowy, epilepsja, drgania powiek lub mięśni bądź zapaści wywołane migotaniem światła lub sekwencjami świateł. Może do tego dochodzić w przypadku oglądania telewizji, grania w gry wideo lub korzystania z rzeczywistości wirtualnej, nawet jeśli osoby te nigdy wcześniej nie doznały epilepsji ani zapaści oraz nie stwierdzono u nich takich problemów zdrowotnych. Objawy te mogą występować częściej u dzieci i osób w młodym wieku. Każda osoba, u której te objawy występują, powinna zaprzestać korzystania z gogli i skonsultować się z lekarzem.

#### § 4.

1. Dzieci w wieku 13+ powinny unikać długotrwałego korzystania z gogli VR, ponieważ mogłoby to negatywnie wpłynąć na ich koordynację wzrokowo-ruchową, równowagę ciała i podzielność uwagi.
2. Dorośli powinni nadzorować dzieci w wieku 13+ podczas obsługi gogli i po zakończeniu korzystania z nich.
3. Należy zapewnić korzystnie przez dzieci w wieku 13+ z treści odpowiednikach do ich poziomu rozwoju emocjonalnego.

#### § 5.

1. Obsługę gogli należy rozpocząć od regulacji ich ustawienia. Wskazane są regularne przerwy (co najmniej raz na 30 minut lub częściej jeżeli uczestnik odczuwa taką potrzebę) w korzystaniu z gogli VR.
2. Należy stopniowo wydłużać czas korzystania z gogli VR, aby przyzwycząić się do urządzenia.
3. Bezwzględnie należy przerwać korzystanie z gogli VR w przypadku pojawienia się dyskomfortu i nie wznowiać użycia, dopóki dyskomfort nie ustąpi.

#### § 6.

1. Należy bezzwłocznie zaprzestać używania gogli, jeśli wystąpi którykolwiek z poniższych objawów:
  - 1) epilepsja;
  - 2) utrata świadomości;
  - 3) przemęczenie wzroku;
  - 4) drganie powiek lub mięśni;
  - 5) bezwolne ruchy ciała;
  - 6) zmienione, niewyraźne lub podwójne widzenie lub inne zaburzenia widzenia;
  - 7) oszołomienie;
  - 8) dezorientacja;
  - 9) zakłócenie równowagi;
  - 10) zakłócenie koordynacji wzrokowo-ruchowej;
  - 11) nadmierne pocenie;
  - 12) wzmożone wydzielanie śliny;
  - 13) mdłości;
  - 14) zawroty głowy;
  - 15) dyskomfort lub bóle głowy lub oczu;
  - 16) senność;
  - 17) zmęczenie;
  - 18) dowolne objawy podobne do choroby lokomocyjnej;
  - 19) zmniejszona podzielność uwagi.

2. Objawy towarzyszące rzeczywistości wirtualnej mogą się utrzymywać i nasilać kilka godzin po użyciu gogli, mogą zwiększyć ryzyko obrażeń ciała podczas wykonywania normalnych czynności w świecie fizycznym.
3. Do chwili ustąpienia wszystkich objawów nie należy prowadzić pojazdów, obsługiwać maszyn ani podejmować działań wymagających zaangażowania wzrokowego lub fizycznego, które mogłyby mieć poważne konsekwencje (tj. działań, podczas których występujące objawy mogłyby spowodować śmierć, obrażenia ciała lub szkody materialne) lub takich, które wymagają niezakłóconej równowagi i koordynacji wzrokowo-ruchowej (np. uprawianie sportu lub jazda rowerem).
4. Nie należy używać gogli do czasu całkowitego ustąpienia wszystkich objawów i odczekania kilku godzin.
5. Należy pamiętać o rodzaju treści używanej przed wystąpieniem objawów, ponieważ może występować podatność na takie objawy w przypadku danej treści.
6. Jeśli objawy są poważne lub utrzymują się przez dłuższy czas należy skonsultować je z lekarzem.
7. W celu ograniczenia ryzyka porażenia prądem elektrycznym:
  - 1) nie należy modyfikować ani otwierać komponentów dołączonych do zestawu;
  - 2) nie należy ładować urządzenia, jeśli którakolwiek część dołączonego do zestawu lub zatwierdzonego kabla zasilacza jest przedarta, przewody są nieosłonięte, a komora baterii uległa uszkodzeniu;
  - 3) nie wolno wkładać do gniazda ładowania żadnych metalowych, przewodzących przedmiotów ani ciał obcych;
  - 4) nie należy narażać urządzenia na kontakt z wodą ani inną cieczą.

Załącznik nr 1 do informacji dotyczącej zdrowia i bezpieczeństwa użytkownika gogli VR

..... (miejsowość, data)

### **Oświadczenie użytkownika gogli VR**

Ja niżej podpisana/y oświadczam, iż zapoznałam/em się z *Informacją dotyczącą zdrowia i bezpieczeństwa użytkownika gogli VR* i świadomy ryzyka wynikającego z użytkowania technologii wirtualnej rzeczywistości z pełną świadomością przystępuję do projekcji z użyciem gogli VR.

.....  
(czytelny podpis uczestnika)

Załącznik nr 2 do informacji dotyczącej zdrowia i bezpieczeństwa użytkownika gogli VR

..... (miejsowość, data)

### **Oświadczenie rodzica/opiekuna prawnego dziecka korzystającego z gogli VR**

Ja niżej podpisana/y oświadczam, iż zapoznałam/em się z *Informacją dotyczącą zdrowia i bezpieczeństwa użytkownika gogli VR* i świadomy ryzyka wynikającego z użytkowania technologii wirtualnej rzeczywistości z wyrażam zgodę na udział mojego dziecka ..... (imię i nazwisko dziecka) w projekcji z użyciem gogli VR.

.....  
(czytelny podpis rodzica/opiekuna prawnego)