

## Regulamin konkursu: "Zrób spot reklamowy dla Zwierciadła" 2015

### 1. POSTANOWIENIA OGÓLNE:

- 1.1. Organizatorem konkursu „Zrób spot reklamowy dla Zwierciadła” zwanego dalej „Konkuresem”, jest „Wydawnictwo Zwierciadło” Sp. z o.o. z siedzibą w Warszawie 00-324, ul. Karowa 31A, wpisana do rejestru przedsiębiorców Sądu Rejonowego dla m.st. Warszawy XII Wydział Gospodarczy Krajowego Rejestru Sądowego pod numerem KRS: 0000067108, NIP: 525-22-22-636, zwana dalej Organizatorem.
- 1.2. Konkurs jest organizowany na zasadach określonych niniejszym regulaminem (dalej zwanym: „Regulaminem”) i zgodnie z powszechnie obowiązującymi przepisami prawa.
- 1.3. Konkurs jest organizowany (rozgrywany) na terenie Rzeczypospolitej Polskiej.
- 1.4. Regulamin Konkursu dostępny jest w siedzibie Organizatora oraz na [www.zwierciadlo.pl](http://www.zwierciadlo.pl).
- 1.5. Uczestnikiem Konkursu może być każda osoba fizyczna, pełnoletnia, posiadająca pełną zdolność do czynności prawnych. Osoby niemające pełnej zdolności do czynności prawnych mogą wziąć udział w Konkursie pod warunkiem uzyskania pisemnej zgody opiekuna prawnego lub przedstawiciela ustawowego na uczestnictwo w Konkursie, dostarczonej razem z pracą konkursową.
- 1.6. W Konkursie nie mogą brać udziału pracownicy Organizatora i realizatorów Konkursu oraz inne osoby współpracujące przy organizacji Konkursu, jak również członkowie rodzin w/w pracowników i współpracowników.
- 1.7. **Nagrodami przeznaczonymi dla laureatów Konkursu są:**
  - 1.7.1. **Nagroda Główna o łącznej wartości 15 199 zł brutto:** komputer ASUS ZenBook UX501 (o wartości 6399zł brutto), kurs montażowy lub reżysersko-operatorski w Warszawskiej Szkole Filmowej (o wartości 6 800 zł brutto) oraz nagroda pieniężna w kwocie 2 000 zł brutto.
  - 1.7.2 Wyróżnienie **w sumie o wartości 2 499 zł brutto:** smartfon ZenFone 2 (o wartości 1499 zł brutto) oraz nagroda pieniężna w kwocie 1 000 zł brutto
  - 1.7.3. Wyróżnienie/ Nagroda czytelników smartfon ZenFone (o wartości przybliżonej 999 zł brutto)
- 1.8. Zgodnie z ustawą o podatku dochodowym od osób fizycznych laureaci Konkursu zobowiązani są do zapłaty podatku dochodowego z tytułu wygranej w Konkursie, o wartości przekraczającej kwotę 760,00 zł, w wysokości 10% wartości nagrody. Uiszczenie tej kwoty Organizatorowi w terminie 14 dni od dnia powiadomienia przez Organizatora o wygranej, jest warunkiem koniecznym dla otrzymania nagrody. Zwycięzca zostanie powiadomiony przez Organizatora o zasadach zapłaty podatku dochodowego. Nieopłacenie podatku od nagród w w/w terminie oznacza dyskwalifikację z Konkursu i w konsekwencji utratę prawa do nagrody, która to nagroda przechodzi na kolejnego, wskazanego przez Komisję Konkursową laureata.
- 1.9 Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany wartości nagród, ale nie na mniejszą niż zadeklarowana w niniejszym Regulaminie.

### 2. ZAŁOŻENIA KONKURSU

- 2.1. Konkurs będzie przeprowadzony na łamach miesięcznika „Zwierciadło” nr 9/2015 oraz 10/2015 i ma na celu promowanie w/w pisma zgodnie z ogólnie przyjętymi normami dobrych obyczajów.
- 2.2. Konkurs będzie trwał od 13.08.2015r. do 31.12.2015
- 2.3. Rozwiązanie Konkursu, zawierające imiona i nazwiska oraz miejscowość zamieszkania laureatów, zostanie ogłoszone na stronie [spot.zwierciadlo.pl](http://spot.zwierciadlo.pl), a zwycięski Film (po ewentualnych modyfikacjach, o których mowa w pkt. 4.9.7 niniejszego Regulaminu), który otrzyma Nagrodę Główną zostanie wyemitowany w wybranych przez Organizatora stacjach TV, internecie, kinach oraz innych kanałach komunikacji, wybranych przez Organizatora.
- 2.4. Udział w Konkursie jest bezpłatny.
- 2.5. Organizator ma prawo w każdym momencie trwania Konkursu wykluczyć z udziału w Konkursie uczestnika (jak również odmówić mu przyznania nagrody), w stosunku do którego powziął informacje o działaniach sprzecznych z Regulaminem.
- 2.6. Organizator ma prawo do niewyemitowania nagrodzonych Filmów jeśli nie spełnią one kryteriów jakościowych lub założeń briefu, stanowiącym załącznik do niniejszego Regulaminu, przy jednoczesnym przekazaniu nagród Laureatom, o których mowa w par. 1.7.

2.7. Organizator ma prawo do publikacji sylwetki laureata/laureatów Konkursu, w tym jego wizerunku, przekazanej przez laureata Organizatorowi, w magazynie Zwierciadło oraz na stronie [www.zwierciadlo.pl](http://www.zwierciadlo.pl), na fan page-u FB miesięcznika Zwierciadło i miesięcznika SENS

### 3. ZASADY PRZEPROWADZANIA KONKURSU:

3.1. Aby wziąć udział w Konkursie, należy nakręcić 15-sekundowy film promujący miesięcznik Zwierciadło, zwany dalej Filmem, z wykorzystaniem co najmniej jednej okładki miesięcznika Zwierciadło oraz pliku dźwiękowego, który znajduje się na stronie [www.spot.zwierciadlo.pl](http://www.spot.zwierciadlo.pl)

3.2. Aby wziąć udział w Konkursie należy przesłać zgłoszenie konkursowe za pośrednictwem maila na [adres: spot@zwierciadlo.pl](mailto:spot@zwierciadlo.pl) w formacie MPEG 4, MOV, FLV, WMV lub AVI z podaniem swoich danych osobowych: imienia, nazwiska, telefonu kontaktowego, wieku. Komisja Konkursowa wybierze najciekawsze Filmy – zgodnie z kryteriami wskazanymi w pkt. 4.1 - i wyłoni tym samym zwycięzców.

**3.3. Nie należy** załączać plików gotowych do emisji (tj. „ciężkich”). Po werdykcie Komisji Konkursowej, Organizator Konkursu skontaktuje się z autorami wybranych prac w celu przesłania ich w formacie do emisji, podanym poniżej, w punkcie 3.5.

3.4. Spośród osób, które przesyłały zgłoszenie do Konkursu zgodnie z postanowieniami niniejszego Regulaminu, Komisja Konkursowa: wyłoni laureatów, do których przedstawiciel Komisji Konkursowej wyśle powiadomienie drogą mailową z prośbą o przesłanie ostatecznej wersji 15 sek. Filmu w sekwencji klatek tiff 16bit 1080/25p (w obrazku proszę pamiętać o safe area jeśli chodzi o napisy i o action safe jeśli chodzi o akcję, jaka ma się wydarzyć, zgodnie z rozporządzeniem EBU str. 10 <https://tech.ebu.ch/docs/r/r095.pdf> wraz z wykorzystaniem pliku dźwiękowego zamieszczonego na stronie [spot.zwierciadlo.pl](http://spot.zwierciadlo.pl) oraz wykorzystaniem okładki Zwierciadło.

3.5. Warunkiem uzyskania prawa do nagrody jest przesłanie przez uczestnika drogą mailową danych, umożliwiających identyfikację kandydata oraz wysłanie nagrody. Uczestnik przesyła swoje dane na potrzeby odbioru nagrody oraz ogłoszenia o wynikach Konkursu, na adres mailowy wskazany w mailu informującym o wygranej.

3.6. W przypadku braku odpowiedzi przesłanej zwrotnie na wskazany adres mailowy w ciągu dwóch dni roboczych, braku potwierdzenia uczestnictwa w Konkursie lub odmowy wskazania lub braku wskazania wszystkich prawidłowych podanych przez Organizatora danych, w tym umożliwiających identyfikację uczestnika Konkursu oraz wysłanie nagrody, osoba taka zostaje zdyskwalifikowana z Konkursu, a Komisja Konkursowa wybierze kolejną osobę, aż do wyłonienia ostatecznego laureata, który spełni wszystkie wymogi stawiane przez niniejszy Regulamin.

3.7. Uczestnicy Konkursu mogą przysłać dowolną ilość zgłoszeń konkursowych.

3.8. Przystąpienie do Konkursu, zgodnie z postanowieniami niniejszego Regulaminu jest równoznaczne ze złożeniem przez uczestnika oświadczenia w przedmiocie akceptacji niniejszego Regulaminu.

3.9. Zgłoszenia konkursowe niepełne lub nieprawidłowo wypełnione nie będą brały udziału w Konkursie.

3.10. Dane osobowe uczestników Konkursu w zakresie: imię i nazwisko, adres zamieszkania, numer telefonu komórkowego oraz adres e-mail będą przetwarzane przez Organizatora Konkursu, tj. „Wydawnictwo Zwierciadło” Sp. z o.o. z siedzibą w Warszawie 00-324, ul. Karowa 31A (Administrator danych osobowych) w szczególności w celu realizacji Konkursu i jego prawidłowego przeprowadzenia oraz w celu opublikowania wyników Konkursu oraz przekazania laureatom nagród konkursowych. *Gwarantujemy prawo wglądu do swoich danych* osobowych oraz ich poprawiania, jak również żądania zaprzestania przetwarzania danych. Podanie danych jest dobrowolne, lecz ich brak uniemożliwia w przypadku wygranej dostarczenie do zwycięzcy nagrody. Dane osobowe nie będą udostępniane innym podmiotom, z zastrzeżeniem publikacji danych laureatów Konkursu w zakresie określonym w pkt. 2.3 oraz 2.7 niniejszego Regulaminu. Dane osobowe uczestników Konkursu będą przetwarzane i chronione zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (Dz. U. z 2002 r. Nr 101, poz. 926 z późniejszymi zmianami). Organizator informuje, iż dane osobowe laureatów Konkursu zostaną opublikowane w ramach rozwiązania Konkursu, w zakresie określonym w pkt. 2.3 oraz 2.7 niniejszego Regulaminu.

### 4. PRYZNANIE NAGRÓD:

- 4.1. Spośród nadesłanych zgłoszeń Komisja Konkursowa wybierze 10 najciekawszych, najbardziej oryginalnych Filmów, które zostaną zaprezentowane na stronie [spot.zwierciadlo.pl](http://spot.zwierciadlo.pl). Spośród w/w Filmów Komisja Konkursowa wyłoni laureata Nagrody Głównej oraz przyzna wyróżnienie z zastrzeżeniem, że Komisja Konkursowa ma prawo do zmiany liczby wyłonionych Filmów o których mowa powyżej.
- 4.2. Czytelnicy/Internauci wyłonią laureata Nagrody Czytelników poprzez największą ilość „lajków” (polubień) oddanych na dany Film.
- 4.2.1. Głosowanie odbywa się w terminie od 27 października 2015 (od godziny 0.00) do 10 listopada 2015 roku (do godziny 23.59), na stronie [www.spot.zwierciadlo.pl](http://www.spot.zwierciadlo.pl). Każdy Czytelnik/Internauta może oddać jeden głos na dany Film (łącznie może zagłosować na kilka Filmów, ale oddając jeden głos na każdy). Autor Filmu, który otrzyma największą liczbę lajków zostanie nagrodzony nagrodą Czytelników wskazaną w pkt. 1.7.3. W przypadku równej liczby lajków przewodniczący Komisji Konkursowej ma decydujący głos.
- 4.3. Nagrody zostaną wysłane do poszczególnych laureatów pocztą lub przesyłką kurierską na koszt Organizatora pod adres wskazany przez laureata w mailu, wg procedury opisanej w punkcie 3, w terminie do 30 dni od otrzymania prawidłowego potwierdzenia uczestnictwa w Konkursie, w tym wszystkich danych, o których mowa w pkt. 3.2, oraz wpłaty podatku od nagród (o ile jest wymagany), o którym mowa w pkt. 1.8.
- 4.4. W przypadku, niepodjęcia przez laureata nagrody w terminie 14 dni od dnia postawienia jej do dyspozycji laureata, w szczególności w wyniku braku jej odbioru lub podania nieprawidłowych danych lub braku aktualizacji danych przez laureata Konkursu, przesyłka zostanie zwrócona do siedziby Organizatora, skąd laureat będzie mógł ją odebrać osobiście w terminie 14 dni. W przypadku nieodebrania przez laureata nagrody w w/w terminie 14 dni, osoba taka zostaje zdyskwalifikowana z Konkursu, a jej prawo do nagrody wygasa. W takim przypadku nagroda przechodzi na kolejnego laureata.
- 4.5. Organizator zastrzega, że nagrody nie podlegają zamianie na inne produkty lub nagrody ani na ich równowartość pieniężną.
- 4.6. Laureat Konkursu nie może przenieść prawa do odbioru przyznanych nagród na osoby trzecie, chyba, że Organizator wyrazi na to pisemną zgodę.
- 4.7. Warunkiem otrzymania nagrody jest spełnienie przez zdobywcę nagrody wszystkich postanowień niniejszego Regulaminu.
- 4.8. Uczestnik Konkursu przysyłając zgłoszenie do Konkursu oświadcza, iż przysługują mu wyłączne i nieograniczone prawa autorskie do przesłanych prac konkursowych, które są przejawem jego własnej indywidualnej twórczości o oryginalnym charakterze i są wolne od wad fizycznych i prawnych oraz roszczeń podmiotów trzecich, a także, że uzyskał wszelkie wymagane prawem zgody i/lub upoważnienia, w tym na fotografowanie obiektów i/lub osób oraz ich wykorzystywanie (w tym wizerunku osób na nich uwidocznionych) w zakresie określonym niniejszym Regulaminem. W przypadku, gdyby oświadczenia, o których mowa powyżej okazały się niezgodne ze stanem faktycznym i/lub prawnym osoba, która nadesłała zgłoszenie, w przypadku ewentualnych roszczeń osób trzecich, ponosi wyłączną i całkowitą odpowiedzialność oraz oświadcza, że ureguluje wszystkie związane z tym faktem poniesione przez Organizatora szkody. Ponadto, w sytuacji o której mowa powyżej, osoba ta podlega dyskwalifikacji z Konkursu i zobowiązana jest do niezwłocznego zwrotu przyznanej przez Organizatora nagrody.
- 4.9. Uczestnik Konkursu oświadcza, że wyraża zgodę na wielokrotne (nieograniczone ilościowo, czasowo i terytorialnie) oraz nieodpłatne korzystanie w całości jak i w dowolnie wybranych fragmentach z jego pracy konkursowej (zgłoszenia) przez Organizatora na wszystkich znanych polach eksploatacji, a w szczególności:
- 4.9.1. Utrwalanie i zwielokrotnianie drukiem lub podobną techniką, w tym fotokopiowanie i mikrokopiowanie;
- 4.9.2. Wydawanie (publikowanie) i rozpowszechnianie we wszystkich wydaniach, niezależnie od formy, standardu, systemu lub formatu, bez ograniczenia liczby nakładów, wydań oraz egzemplarzy; obejmuje to także prawo do częściowego lub całkowitego przedruku (przed i po produkcji), w tym na fotokopiach, mikrokopiach i mikroreprodukcjach, a także do powielania w inny sposób;
- 4.9.3. Wprowadzanie do pamięci komputera i sporządzanie kopii takich zapisów dla potrzeb eksploatacji oraz trwała lub czasowe zwielokrotnianie komputerowego zapisu w całości lub w części dowolnymi środkami i w dowolnej formie;
- 4.9.4. Wykorzystywanie do celów marketingowych, w tym reklamy, promocji, oznaczenia lub identyfikacji Organizatora; obejmuje to również utrwalanie i zwielokrotnianie poligraficzne oraz wykorzystanie tych utrważeń; utrwalanie audiowizualne dowolną techniką niezależnie do standardu, systemu i formatu;

nadanie za pomocą wizji lub fonii przewodowej lub bezprzewodowej przy pomocy dowolnych środków technicznych, w tym nadawanie za pośrednictwem satelity; nagrywanie na urządzeniach służących do wielokrotnego odtwarzania za pomocą nośników dźwięku i obrazu, w tym powielania, rozpowszechniania i odtwarzania nagrań, przekazywanie, odtwarzanie i emitowanie w audycjach w środkach masowego przekazu, po utrwaleniu na nośnikach dźwięku i/lub obrazu;

4.9.5. Publiczne udostępnianie w taki sposób, aby każdy mógł mieć do niego dostęp w miejscu i czasie przez siebie wybranym w tym w dowolnych – elektronicznym, cyfrowym itp. kanale komunikacji publicznej;

4.9.6. Wprowadzanie do obrotu, rozpowszechnianie egzemplarzy oraz ich kopii. Uczestnik Konkursu udziela Organizatorowi na podstawie niniejszego postanowienia zezwolenia na korzystanie z zależnych praw autorskich na wszystkich polach eksploatacji wymienionych powyżej, o ile dla eksploatacji ww. pracy konkursowej na tych polach konieczne lub potrzebne jest stworzenie utworu zależnego, a także zezwolenia na udzielenie wzajemnego i równoczesnego lub samodzielnego opracowania, przeróbki, adaptowania części lub całości w tym przez nadawanie im różnego rodzaju form (zmienionej, skróconej, poszerzonej lub skondensowanej) z prawem do reprodukcji na nośnikach zapisu (dyskietce, karcie pamięci, diapozytywie, slajdzie, mikrofilmie, fotokopii, mikroreprodukcji, nośniku CD oraz DVD itp.) oraz z prawem do wykorzystania na nośnikach dźwięku i obrazu. Uczestnik Konkursu udziela również Organizatorowi zezwolenia na udzielanie dalszych licencji w zakresie nabytych praw do ww. pracy konkursowej.

4.9.7. Uczestnik konkursu wyraża zgodę aby jego praca konkursowa zgłoszona przez niego do Konkursu była wykorzystywana stosownie do potrzeb Organizatora i/lub podmiotu przez Organizatora wskazanego i wymogów jego publikacji/emisji oraz rozpowszechniania na w/w polach eksploatacji, poddawana stosownym obróbkom, przeróbkom, w szczególności w zakresie zmiany lub modyfikacji pliku dźwiękowego, do którego nagrano Film, adaptacji, dodawaniu tytułów i podtytułów, skrótów, adjustacji technicznej, tworzeniu opracowań oraz poprawek w tym stylistycznych, ortograficznych i językowych, itp.

4.10. Laureat Konkursu upoważnia Organizatora do decydowania o pierwszym publicznym udostępnieniu Filmu, ponadto wyraża zgodę na jego rozpowszechnianie z nazwiskiem autora za wyjątkiem sytuacji zwyczajowo przyjętych - dopuszczających rozpowszechnianie Filmu z pominięciem oznaczenia autora.

## **5. KOMISJA**

5.1. Do kontroli prawidłowości Konkursu powołana zostanie Komisja Konkursowa w skład której wejdą: Monika Summer-Brason - przewodnicząca, Karolina Kucharska-Sieniła, Justyna Ogłodzińska, - Dział promocji Grupa Zwierciadło oraz przedstawiciel redakcji miesięcznika Zwierciadło, Maria Pulaska - Dyrektor Kreatywny Warszawskiej Szkoły Filmowej, Dawid Korzekwa - projektant, prezes Stowarzyszenia Twórców Grafiki Użytkowej. Komisja będzie nadzorować wykonanie przez Organizatora wszystkich zobowiązań wynikających z niniejszego Regulaminu.

## **6. REKLAMACJE**

6.1. Reklamacje związane z Konkursem będą przyjmowane przez Organizatora w formie pisemnej, na adres mailowy Organizatora tj. [spot@zwierciadlo.pl](mailto:spot@zwierciadlo.pl) a w terminie 7 dni od daty zakończenia Konkursu.

6.2. Wszelkie reklamacje powinny zawierać imię, nazwisko, dokładny adres, datę i numer zgłoszenia pracy do Konkursu, jak również dokładny opis reklamacji.

6.3. Do rozstrzygnięcia reklamacji powołana jest Komisja Reklamacyjna.

6.4. Złożone przez uczestników reklamacje będą rozpatrywane przez Komisję Reklamacyjną nie później niż w terminie 14 dni od daty otrzymania reklamacji.

6.5. Zainteresowani, zostaną powiadomieni o rozpatrzeniu reklamacji listem poleconym, wysłanym najpóźniej w ciągu 7 dni od daty rozpatrzenia reklamacji przez Komisję Reklamacyjną.

6.6. Decyzja Komisji Reklamacyjnej, co do zgłoszonej reklamacji jest ostateczna, a uczestnikowi, który nie zgadza się z rozstrzygnięciem przysługuje powództwo do sądu powszechnego.

## **7. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

7.1. Regulamin niniejszego Konkursu jest dostępny w siedzibie Organizatora oraz na stronie internetowej [www.zwierciadlo.pl](http://www.zwierciadlo.pl).

7.2. Na życzenie uczestnika Konkursu, po przesłaniu przez niego zaadresowanej zwrotnie koperty ze znaczkiem, Organizator prześle kopię Regulaminu Konkursu.

7.3. Dokonując zgłoszenia konkursowego, uczestnik potwierdza, że wyraża zgodę na zasady Konkursu zawarte w niniejszym Regulaminie.

7.4. W przypadku, gdy w wyniku przeprowadzenia Konkursu liczba laureatów okaże się mniejsza niż liczba nagród konkursowych, Organizator zastrzega sobie prawo innego rozdysponowania nagrodami Konkursu, przy czym nagrody te będą nie mniejszej wartości niż pierwotnie określone.

7.5. W sprawach nie uregulowanych niniejszym Regulaminem zastosowanie będą miały przepisy Kodeksu Cywilnego, a w szczególności art. 919 – 921 Kodeksu Cywilnego.

7.6. Organizator zastrzega sobie prawo zmiany postanowień niniejszego Regulaminu w szczególności w przypadku zmian przepisów prawnych lub innych istotnych zdarzeń mających wpływ na przebieg lub organizowanie Konkursu, pod warunkiem, że nie naruszy to już nabytych praw uczestników. O każdorazowej zmianie Organizator poinformuje uczestników na stronie internetowej [www. zwierciadlo.pl](http://www.zwierciadlo.pl) co najmniej na 14 dni przed wprowadzeniem zmian.

Aneks do regulaminu **konkursu**: "Zrób spot reklamowy dla Zwierciadła" 2015

Ad. 4.2.1. Głosowanie odbędzie się w terminie **od 15 grudnia 2015 do 30 grudnia 2015 roku (do godziny 14:00)**, na stronie [www.spot.zwierciadlo.pl](http://www.spot.zwierciadlo.pl). Każdy Czytelnik/Internauta może oddać jeden głos na dany Film (łącznie może zagłosować na kilka Filmów, ale oddając jeden głos na każdy). Autor Filmu, który otrzyma największą liczbę lajków zostanie nagrodzony nagrodą Czytelników wskazaną w pkt. 1.7.3. W przypadku równej liczby lajków przewodniczący Komisji Konkursowej ma decydujący głos.

ZAŁĄCZNIK DO REGULAMINU  
BRIEF

BRIEF DO KONKURSU ZRÓB SPOT DLA ZWIERCIADŁA

DŁUGOŚĆ SPOTU	15 sekund
FORMAT DOCELOWY	OBRAZ: - sekwencja klatek w .tiff 16bit 1080/25p; w obrazku proszę pamiętać o safe area w odniesieniu do napisów i o action safe w odniesieniu do akcji jaka ma się wydarzyć, zgodnie z rozporządzeniem EBU str. 10 <a href="https://tech.ebu.ch/docs/r/r095.pdf">https://tech.ebu.ch/docs/r/r095.pdf</a>
<b>WYMAGANE</b> ELEMENTY SPOTU	Co najmniej jedna okładka magazynu Zwierciadło (może być użytych więcej) oraz plik dźwiękowy pobrany ze strony <a href="http://spot.zwierciadlo.pl">spot.zwierciadlo.pl</a>
	„Zwierciadło” to jedyny polski luksusowy magazyn dla kobiet ukazujący się nieprzerwanie od 1957 roku.  To magazyn dla kobiet myślących, poszukujących i nowoczesnych, który wspiera je w wewnętrznym rozwoju, jest drogowskazem w poszukiwaniu odpowiedzi na najważniejsze pytania i zachęca do szukania własnej drogi;  „Zwierciadło” to duchowy przystanek w codziennym natłoku spraw ważnych i mniej ważnych. To okazja do spojrzenia na świat z niebanalnej perspektywy, odkrycia naszych możliwości, poznania emocji, zrozumienia relacji. To aktualny przewodnik po psychologii, życiu kulturalnym oraz zdrowym stylu życia. To lustro, w którym odbija się wszechstronny portret nas samych.

--	--