

Instrukcja bezpieczeństwa użytkowania produktu – zgodna z wymogami GPSR (UE)

1. Przeznaczenie produktu

Produkt jest grą wideo przeznaczoną do użytku z konsolą PlayStation 5 (PS5). Gra jest adresowana do osób dorosłych. Ze względu na możliwą przemoc, dynamiczną akcję, intensywne bodźce wizualne i dźwiękowe, produkt nie jest odpowiedni dla dzieci oraz osób wrażliwych na tego typu treści.

2. Grupa docelowa i ograniczenia wiekowe

- Produkt przeznaczony wyłącznie dla dorosłych użytkowników (18+).
- Nie zezwalaj dzieciom na samodzielne korzystanie z gry.
- Upewnij się, że wszyscy użytkownicy znają i akceptują charakter treści (m.in. przemoc, intensywna akcja, elementy grozy).

3. Ostrzeżenia dotyczące zdrowia

3.1. Ataki padaczkowe wywołane światłem

U niektórych osób mogą wystąpić napady padaczkowe lub omdlenia spowodowane migającymi światłami czy szybko zmieniającymi się obrazami, nawet jeśli wcześniej nie zdiagnozowano padaczki.

- Przed rozpoczęciem gry zapoznaj się z informacjami zdrowotnymi dostarczonymi z konsolą PS5.
- Natychmiast przerwij grę i skonsultuj się z lekarzem, jeśli wystąpią: zawroty głowy, zaburzenia widzenia, skurcze mięśni, tiki, utrata przytomności, dezorientacja, mimowolne ruchy lub inne nietypowe dolegliwości.
- Szczególną ostrożność zachowaj w przypadku osób z padaczką, zaburzeniami neurologicznymi lub historią ataków padaczkowych w rodzinie.

3.2. Zmęczenie wzroku i układu mięśniowo-szkieletowego

- Rób regularne przerwy (co 45–60 minut) podczas grania.
- Zachowaj odpowiednią odległość od ekranu (co najmniej 1–2 metry, zgodnie z zaleceniami producenta telewizora).
- Ustaw jasność i kontrast ekranu na komfortowym poziomie, aby ograniczyć zmęczenie oczu.
- Utrzymuj prawidłową postawę ciała – siedź prosto, opierając plecy, unikaj długotrwałego pochylania się.
- W razie bólu oczu, głowy, karku, nadgarstków, rąk lub ramion – przerwij grę do czasu ustąpienia dolegliwości. W razie potrzeby skonsultuj się z lekarzem.

3.3. Urazy wynikające z długotrwałej gry

- Unikaj długotrwałego, nieprzerwanego grania. Przestrzegaj przerw opisanych powyżej.
- Wykonuj lekkie ćwiczenia rozciągające dłoni, nadgarstków, ramion i pleców w przerwach między sesjami.
- Nie graj, jeśli odczuwasz wyraźne zmęczenie, senność, ból lub dyskomfort fizyczny.

4. Warunki otoczenia i stanowisko do gry

4.1. Bezpieczne miejsce do gry

- Graj wyłącznie w dobrze oświetlonym pomieszczeniu.
- Zapewnij odpowiednią wentylację pomieszczenia; unikaj przegrzewania sprzętu.
- Usuń z otoczenia stanowiska do gry przedmioty, o które można się potknąć lub uderzyć (kable, małe meble, zabawki itp.).
- Umieść konsolę oraz urządzenia peryferyjne na stabilnej, równej powierzchni, aby zapobiec upadkom sprzętu.

4.2. Ustawienia głośności

- Utrzymuj głośność dźwięku na umiarkowanym poziomie, aby uniknąć uszkodzenia słuchu.
- Nie korzystaj z wysokiej głośności przez długi czas, zwłaszcza przy użyciu słuchawek.
- Jeśli wystąpią szумы w uszach, ból ucha lub częściowa utrata słuchu, natychmiast wyłącz dźwięk i skontaktuj się z lekarzem.

5. Bezpieczne obchodzenie się z nośnikiem gry

W przypadku fizycznego nośnika (płyta):

- Chwytaj płytę wyłącznie za krawędzie; nie dotykaj powierzchni odczytu.
- Chronь płytę przed zarysowaniami, kurzem, wodą, wysoką temperaturą oraz bezpośrednim światłem słonecznym.
- Nie zginaj płyty, nie używaj siły przy wkładaniu lub wyjmowaniu z napędu konsoli.
- Przechowuj płytę w oryginalnym pudełku lub odpowiednim etui, poza zasięgiem dzieci.

6. Bezpieczeństwo elektryczne i współpraca z konsolą

- Przestrzegaj wszystkich instrukcji bezpieczeństwa dotyczących konsoli PS5, kontrolerów oraz innych akcesoriów.
- Nie otwieraj, nie modyfikuj ani nie naprawiaj samodzielnie konsoli, nośnika gry ani akcesoriów.
- Chronь sprzęt przed wilgocią i zalaniem; nie używaj w pobliżu wody ani w bardzo wilgotnym otoczeniu.
- Odłącz konsolę od zasilania podczas burzy z wyładowaniami atmosferycznymi lub gdy nie jest używana przez dłuższy czas, zgodnie z instrukcją producenta konsoli.

7. Użytkownicy wrażliwi i szczególne środki ostrożności

- Osoby z chorobami serca, zaburzeniami lękowymi, silną wrażliwością na przemoc lub intensywne bodźce dźwiękowe i wizualne powinny skonsultować się z lekarzem lub specjalistą przed rozpoczęciem gry.
- Osoby podatne na lęk, stres, koszmary senne lub inne zaburzenia psychiczne powinny rozważyć, czy tego typu treści są dla nich odpowiednie.
- Nie zmuszaj innych do uczestniczenia w rozgrywce, jeśli deklarują dyskomfort psychiczny lub fizyczny.

8. Dzieci i osoby małoletnie

- Nie pozostawiaj gry, konsoli ani akcesoriów w miejscu łatwo dostępnym dla małoletnich, jeśli nie są do nich przeznaczone.
- Nie zezwalaj dzieciom na oglądanie rozgrywki, jeśli treści mogą być dla nich nieodpowiednie lub budzić lęk.
- W przypadku obecności dzieci w pomieszczeniu, nadzoruj ich zachowanie i uniemożliw im dostęp do kontrolerów, przewodów oraz małych elementów, które mogą zostać połknięte.

9. Postępowanie w razie wystąpienia problemów

- W przypadku wystąpienia objawów złego samopoczucia (fizycznego lub psychicznego) natychmiast przerwij granie.
- W razie poważnych lub utrzymujących się dolegliwości skontaktuj się z lekarzem lub odpowiednim specjalistą.
- Jeśli podejrzewasz usterkę techniczną konsoli lub nośnika, przerwij używanie sprzętu, aby uniknąć dalszych uszkodzeń lub zagrożeń.

10. Bezpieczne przechowywanie

- Przechowuj nośnik gry w suchym, chłodnym, dobrze wentylowanym miejscu.
- Chroń produkt przed wysokimi temperaturami, wilgocią oraz bezpośrednim nasłonecznieniem.
- Przechowuj z dala od małych dzieci i zwierząt, aby zapobiec połknięciu małych elementów, uszkodzeniu nośnika lub sprzętu.

11. Zgodność z przepisami i odpowiedzialne użytkowanie

- Użytkownik jest odpowiedzialny za korzystanie z produktu w sposób zgodny z prawem oraz z obowiązującymi regulacjami w swoim kraju.
- Nie używaj produktu w celu promowania przemocy w świecie rzeczywistym ani do działań mogących wyrządzić sobie lub innym szkodę.
- Dbaj o równowagę między grą a innymi aspektami życia (sen, praca, nauka, relacje społeczne).

12. Podsumowanie kluczowych zasad bezpieczeństwa

1. Stosuj się do ograniczeń wiekowych i dbaj o to, by gra nie była używana przez dzieci.
2. Graj w dobrze oświetlonym, bezpiecznym i wentylowanym pomieszczeniu.
3. Rób regularne przerwy, utrzymuj prawidłową postawę i monitoruj swój stan zdrowia.
4. Unikaj nadmiernej głośności, zwłaszcza podczas korzystania ze słuchawek.
5. Chroń nośnik gry i sprzęt przed uszkodzeniami mechanicznymi, wilgocią i wysoką temperaturą.
6. W razie jakichkolwiek objawów złego samopoczucia fizycznego lub psychicznego – natychmiast przerwij grę i, w razie potrzeby, skontaktuj się ze specjalistą.