



112 ESCAPE ROOM PENTRU VIAȚĂ

***GHID PRACTIC PENTRU
IMPLEMENTAREA
ATELIERELOR
112 ESCAPE ROOM
PENTRU VIAȚĂ***



Educația pentru siguranță începe cu pași mici, dar importanți.

Acest ghid a fost realizat în cadrul proiectului „112 – Escape Room pentru Viață” și oferă cadrelor didactice, voluntarilor, organizațiilor neguvernamentale și lucrătorilor de tineret activități, jocuri și resurse educaționale ușor de implementat în școli, grădinițe și comunități.

Materialele prezentate au fost dezvoltate și testate de voluntarii Kiwanis Club Roșiorii de Vede și au la bază convingerea că cei mai valoroși pași în educație sunt cei realizați prin experiențe practice, joc și implicare activă.

Prin intermediul activităților propuse, copiii învață să recunoască situațiile de risc, să adopte comportamente sănătoase și să reacționeze corect în situații de urgență.

Ghidul poate fi utilizat atât împreună cu kitul educațional al proiectului, cât și independent, oferind explicații, recomandări și exemple de activități care pot fi replicate cu resurse minime de orice persoană care lucrează cu copii.

Proiectul „112 – Escape Room pentru Viață” a fost implementat în perioada ianuarie–iulie 2026 de către **Kiwanis Club Roșiorii de Vede** și finanțat de **Fundația Echilibru Vita Nuova**, în cadrul programului „**Cresc cu Educație**”.

Ne dorim ca acest ghid să inspire cât mai mulți profesori, voluntari, părinți și lideri comunitari să creeze contexte de învățare în care copiii să exerseze, să descopere, să capete încredere și să înțeleagă că, prin alegeri corecte și responsabile, pot contribui la siguranța lor și a celor din jur.

ÎNVAȚĂ...PREGĂTEȘTE-TE..ACȚIONEAZĂ.

CUPRINS

DESPRE PROIECT	4
CUM SE FOLOSEȘTE GHIDUL	5
PRINCIPII DE LUCRU CU COPIII.....	7
ATELIERE EDUCATIVE	8
• Activitate 1 - Mâinile curate.....	9
• Activitate 2 - Apelul de urgență 112.....	13
• Activitate 3 - Prim ajutor – Micii salvatori	17
• Activitate 4 - Igiena dentară	20
• Activitate 5 - Farfuria sănătoasă și Pachețelul sănătos.....	23
• Activitate 6 - Circulăm în siguranță.....	26
ANEXE.....	29
RECOMANDAREA PSIHOLOGULUI.....	55
ÎN ÎNCHEIERE.....	56



DESPRE PROIECT

Cine suntem

Kiwanis Club Roșiorii de Vede este o organizație de voluntari care sprijină copiii și tinerii prin activități de educație non-formală, voluntariat și proiecte comunitare. Prin inițiativele pe care le dezvoltăm, ne propunem să îi încurajăm să devină persoane implicate, responsabile și active în comunitățile din care fac parte.

Credem că fiecare copil are potențialul de a deveni un lider al schimbării atunci când primește sprijinul, încrederea și oportunitățile potrivite pentru a se dezvolta.

Motto-ul nostru „Copiii au nevoie de oameni mari cărora le pasă.”

Acest principiu ne ghidează toate activitățile. Credem că siguranța, educația și dezvoltarea copiilor reprezintă responsabilitatea întregii comunități. Atunci când adulții aleg să fie prezenți, să asculte, să îndrume și să ofere exemple pozitive, copiii își dezvoltă încrederea în sine și capacitatea de a lua decizii corecte.

Pentru noi, educația este unul dintre cele mai valoroase daruri pe care le putem oferi generațiilor viitoare.

De ce a fost creat proiectul

Proiectul „112 – Escape Room pentru Viață” s-a născut din experiența acumulată în lucrul cu copiii și tinerii, dar și din discuțiile purtate cu voluntarii noștri, dintre care mulți sunt cadre didactice.

Am observat că informațiile despre siguranță, sănătate și reacția în situații de urgență sunt adesea prezentate teoretic, deși copiii învață cel mai bine atunci când experimentează, participă și descoperă prin joc.

Ne-am dorit să dezvoltăm un set de activități practice prin care copiii să învețe să recunoască situațiile periculoase, să știe când și cum să solicite ajutor, să își dezvolte comportamente sănătoase și să înțeleagă că alegerile pe care le fac în fiecare zi le influențează siguranța și starea de bine.

Ce competențe dezvoltă

Activitățile propuse în cadrul proiectului contribuie la dezvoltarea unor competențe esențiale pentru viață:

- recunoașterea situațiilor de risc și a situațiilor de urgență;
- utilizarea responsabilă a numărului unic de urgență 112;
- adoptarea unor comportamente sănătoase privind alimentația și igiena;
- dezvoltarea spiritului de observație și a gândirii critice;
- luarea deciziilor în situații dificile;
- colaborarea și comunicarea în echipă;
- empatia, responsabilitatea și grija față de cei din jur.

Prin toate aceste activități ne dorim să contribuim la formarea unor copii mai informați, mai încrezători și mai pregătiți să facă față provocărilor din viața de zi cu zi.



CUM FOLOSEȘTI GHIDUL

Cui se adresează

Acest ghid a fost conceput pentru toate persoanele care desfășoară activități educative cu copii și doresc să abordeze teme precum sănătatea, siguranța și reacția în situații de urgență într-un mod interactiv și accesibil.

Ghidul poate fi utilizat de:

- cadre didactice din învățământul preșcolar, primar și gimnazial;
- voluntari și organizații neguvernamentale;
- lucrători de tineret;
- bibliotecari și animatori socio-educativi;
- reprezentanți ai instituțiilor publice care desfășoară activități de prevenție;
- părinți interesați de educația pentru siguranță.

Cum poate fi folosit fără kit

Deși proiectul „112 – Escape Room pentru Viață” include un kit educațional cu materiale și jocuri pregătite pentru utilizare, activitățile prezentate în acest ghid pot fi implementate și fără kitul original.

Majoritatea exercițiilor pot fi adaptate folosind materiale simple aflate la îndemână:

- coli de hârtie;
- markere;
- imagini tipărite;
- cartonașe realizate de participanți;
- obiecte din sala de clasă sau din mediul înconjurător.

Pentru a sprijini replicarea activităților, ghidul este însoțit de un set de anexe care conțin modele și resurse ce pot fi tipărite și utilizate gratuit.

Cum poate fi adaptat la diferite vârste

Activitățile au fost concepute pentru copii cu vârste cuprinse între 6 și 14 ani și pot fi adaptate în funcție de nivelul de dezvoltare al grupului.

Pentru copiii de 6-8 ani

- se recomandă explicații simple;
- accent pe joc, imagini și exemple concrete;
- activități scurte și dinamice;
- lucru în echipe mici.

Pentru copiii de 9-11 ani

- pot fi introduse situații-problemă și jocuri de rol;
- se încurajează argumentarea răspunsurilor;
- pot fi realizate exerciții de lucru în echipă și simulări.

Pentru copiii de 12-14 ani

- pot fi dezvoltate dezbateri și studii de caz;
- se pot analiza situații complexe;
- participanții pot propune soluții și reguli de prevenție pentru comunitatea lor.

Adaptarea activităților trebuie să țină cont de experiența participanților, de nivelul lor de înțelegere și de contextul în care acestea sunt organizate.



CUM FOLOSEȘTI GHIDUL

Durata recomandată a activităților

Activitățile prezentate în ghid sunt flexibile și pot fi integrate atât în cadrul unor ateliere tematice, cât și în programe educaționale mai ample.

Durata recomandată este:

- 15-20 minute pentru jocuri și exerciții scurte;
- 30-45 minute pentru un atelier tematic;
- 60-90 minute pentru activități complexe care includ jocuri, discuții și exerciții practice;
- 2-3 ore pentru organizarea unui eveniment de tip „Escape Room pentru Viață”.

Facilitatorii sunt încurajați să adapteze durata în funcție de vârsta participanților, dimensiunea grupului și obiectivele urmărite.

Scopul principal nu este parcurgerea unui număr cât mai mare de activități, ci implicarea activă a copiilor și consolidarea mesajelor educative prin experiențe practice și relevante pentru viața de zi cu zi.

PRINCIPII DE LUCRU CU COPIII

Activitățile din cadrul proiectului „112 – Escape Room pentru Viață” au fost dezvoltate pornind de la câteva principii simple care contribuie la crearea unor experiențe de învățare eficiente, atractive și sigure pentru copii. Indiferent dacă activitățile sunt desfășurate într-o școală, într-un spațiu al unui ONG, într-o bibliotecă sau într-un centru comunitar, recomandăm respectarea acestor principii.

ÎNVĂȚARE PRIN JOC

Jocul este una dintre cele mai naturale forme de învățare pentru copii. Prin intermediul jocului, participanții sunt mai implicați, mai curioși și mai dispuși să experimenteze situații noi.

Activitățile bazate pe joc facilitează înțelegerea unor concepte complexe și permit exersarea comportamentelor corecte într-un mediu sigur și prietenos. În cadrul proiectului, jocurile sunt utilizate pentru a încuraja colaborarea, luarea deciziilor și dezvoltarea responsabilității.

ÎNVĂȚARE PRIN EXPERIENȚĂ

Copiii rețin mai ușor ceea ce fac decât ceea ce aud. De aceea, activitățile propuse urmăresc implicarea directă a participanților prin exerciții practice, simulări, jocuri de rol și provocări adaptate vârstei lor.

Atunci când un copil exersează un apel la 112, identifică o situație de risc sau construiește o farfurie sănătoasă, el nu doar primește informații, ci își dezvoltă deprinderi care pot fi utilizate în viața reală.

SIGURANȚĂ EMOȚIONALĂ

Învățarea are loc mai eficient într-un mediu în care copiii se simt respectați, ascultați și în siguranță.

Facilitorii sunt încurajați să creeze un climat pozitiv, în care fiecare participant să poată pune întrebări, să își exprime opiniile și să învețe din propriile greșeli fără teama de a fi criticat sau ridiculizat.

Activitățile nu urmăresc evaluarea copiilor, ci dezvoltarea încrederii și a capacității lor de a lua decizii responsabile.

PARTICIPARE ACTIVĂ

Copiii nu trebuie să fie simpli spectatori. Ei învață mai bine atunci când sunt implicați direct în activitate.

Încurajăm utilizarea întrebărilor deschise, a exercițiilor practice și a lucrului în echipă. Rolul facilitatorului este de a ghida procesul de învățare și de a crea contexte în care copiii să descopere singuri răspunsurile și soluțiile.

Participarea activă contribuie la dezvoltarea spiritului critic, a comunicării și a responsabilității personale.

PRINCIPIUL „DO NO HARM”

Toate activitățile trebuie organizate astfel încât să nu provoace disconfort fizic sau emoțional participanților.

Situațiile de urgență prezentate în cadrul proiectului au rol educativ și trebuie abordate într-o manieră adecvată vârstei copiilor. Imaginile, exemplele și simulările utilizate trebuie să fie clare și relevante, fără a include elemente șocante, violente sau care pot genera teamă excesivă.

Facilitorii trebuie să fie atenți la reacțiile copiilor și să adapteze activitățile atunci când observă că anumite subiecte provoacă anxietate sau disconfort.

Scopul proiectului este dezvoltarea unor comportamente sigure și responsabile, într-un mediu pozitiv, care încurajează învățarea, colaborarea și încrederea în sine.



ATELIERE EDUCATIVE

Activitățile prezentate în acest capitol au fost dezvoltate și testate în cadrul proiectului „112 – Escape Room pentru Viață” și pot fi implementate atât individual, cât și ca parte a unui program educațional mai amplu dedicat sănătății, siguranței și dezvoltării unor comportamente responsabile.

Fiecare atelier este însoțit de materiale suport disponibile în documentul „Anexe și resurse imprimabile”. Aceste materiale pot fi tipărite și utilizate direct în activitățile cu copiii sau pot servi ca model pentru realizarea unor resurse similare, adaptate contextului local.

Atelierele au fost concepute astfel încât să poată fi implementate de cadre didactice, voluntari, lucrători de tineret și organizații neguvernamentale, chiar și în situația în care nu dețin kitul educațional complet al proiectului.

Pentru fiecare atelier sunt prezentate:

- scopul și obiectivele activității;
- competențele urmărite;
- materialele necesare;
- modul de desfășurare;
- recomandări pentru facilitatori;
- trimiteri către anexele de sprijin.

În funcție de vârsta participanților și de timpul disponibil, activitățile pot fi adaptate, simplificate sau extinse prin exerciții suplimentare, jocuri de rol și discuții ghidate.

Atelierele prezentate în acest capitol sunt:

1. Activitate 1 - Mâinile curate
2. Activitate 2 - Apelul de urgență 112
3. Activitate 3 - Prim ajutor – Micii salvatori
4. Activitate 4 - Igiena dentară
5. Activitate 5 - Farfuria sănătoasă și Pachețelul sănătos
6. Activitate 6 - Circulăm în siguranță



1. Activitate: Mâinile curate

Etapa 1 - pregătire

Scopul activității

Copiii învață:

- că microbii se pot afla pe mâini
- că spălătul pe mâini îi îndepărtează
- momentele importante pentru igiena mâinilor

Vârsta recomandată

5 – 10 ani

Durata

20–40 minute

Număr voluntari

2 voluntari / grup
de 10–15 copii

Materiale necesare

- planșă mâini și chiuveță laminată - anexa 1 -1
- microbi magnetici (desenați colorat) și „săpun” magnetic (burete de tabla magnetic) - anexa 1-2
- un poster cu pașii spălătului pe mâini - anexa 1-3
- marker tablă
- sclipici
- situații/exemple - Anexa 1-4

Pregătirea jocului

- Voluntarii pregătesc pe planșă: mâinile laminate (câte 1 la 4 copii)
- 10–15 microbi magnetici
- săpunul magnetic separat, Microbii cu forme haioase sau microbo desenați pe planșele laminate
- (monștri mici, bacterii colorate etc.).

Competențe dezvoltate

- observare și identificare
- lucru în echipă
- comunicare
- luarea deciziilor
- comportamente sănătoase

1. Activitate: Mâinile curate

Etapa 2 -Metode le lucru - LA TABLA PE O PLANSA MAI MARE

Desfășurarea activității

1. Introducere (2–3 minute)

Voluntarul întreabă copiii:

- „Credeți că pe mâinile noastre sunt microbi?”
- „Se văd?”

Se explică simplu:

„Microbii sunt foarte mici și nu îi vedem, dar ei pot ajunge pe mâini când ne jucăm, tușim sau atingem lucruri murdare.”

2. Jocul „Prinde microbii” (8–10 minute)

Voluntarul arată mâinile pline cu microbi.

Spune copiilor:

„Aceste mâini sunt murdare. Cine ne ajută să le curățăm?”

Copiii vin pe rând și folosesc „săpunul magnetic” pentru a prinde și îndepărta microbii.

Fiecare copil poate elimina 1–2 microbi.

Voluntarul întreabă pe parcurs:

- „Când trebuie să ne spălăm pe mâini?”
- „După ce ne jucăm afară?”
- „Înainte de masă?”

Copiii răspund și primesc dreptul să elimine un microb.

dacă ne avem microbi magnetici putem desena cu marker de tablă și îi ștergem

sau

Variante de joc (ca să fie mai dinamic)

Varianta 1 – „Vânătorul de microbi”

Copilul trebuie să prindă un anumit microb indicat de voluntar:

„Prinde microbul verde!”

Varianta 2 – „Microbul rapid”

Copilul are 5 secunde să prindă un microb.

Regulile jocului

- Copiii vin pe rând
- Fiecare copil prinde maximum 2 microbi
- Nu împingem și nu ne grăbim
- Ascultăm indicațiile voluntarilor

1. Activitate: Măinile curate

Etapa 2 -Metode le lucru - 2 pe grupă in banci

Jocul 1 – Prinde microbii

Impartim copiii in grupe de 2-4. Copiii primesc planșa cu mâinile și microbi magnetici.

Cu săpunul magnetic trebuie să curețe mâinile.

Voluntarul spune:

„Aceste mâini sunt murdare. Cine ne ajută să le curățăm?”

Copiii spala pe rând și prind microbii.

Obiectiv

Copiii înțeleg că săpunul ajută la eliminarea microbilor.

Jocul 2 – De unde vin microbii? - ANEXA 1-4

Necesar 4–5 cartonașe cu imagini sau exemple verbal:

- copil care se joacă în nisip;
- copil care strănută;
- copil care mângâie un animal;
- copil care merge la toaletă;
- copil înainte să mănânce;
- copil care se joacă în parc și se ține de leagăne;
- copil care merge cu autobuzul și ține bara;
- copil care primește o înghețată după joacă.

Desfășurare

Voluntarul arată imaginea și întreabă:

„Credeți că aici pot ajunge microbi pe mâini?”

Dacă răspunsul este DA, copilul pune un microb pe mâna planșei.

Dacă răspunsul este NU, nu pune nimic.

Scop

Copiii înțeleg de unde apar microbii.

Jocul 3 – Când ne spălăm pe mâini?

Voluntarul spune situații.

Copiii trebuie să spună dacă trebuie sau nu să ne spălăm pe mâini.

Exemple:

- înainte de masă ✓
- după toaletă ✓
- după joacă afară ✓
- după ce tușim ✓
- după ce citim o carte ✗

1. Activitate: Mâinile curate

Etapa 3 - să ne și distrăm

Demonstrația finală – Sclipiciul magic

Aceasta este partea care de obicei impresionează copiii cel mai mult.

Material

- puțin sclipici

Desfășurare

Voluntarul pune sclipici pe mâna unui copil.

Apoi copilul:

- dă mâna cu alți copii
- atinge obiecte

După câteva secunde voluntarul întreabă:

„Ce observați?”

Copiii vor vedea că sclipiciul este peste tot.

Voluntarul explică: „Acesta este sclipici magic. În realitate, microbii se răspândesc exact la fel, doar că ei sunt invizibili.”

Întrebări interactive despre microbi

Întrebări de început

- Credeți că pe mâinile noastre trăiesc microbi?
- Putem vedea microbii cu ochiul liber?
- Unde credeți că sunt cei mai mulți microbi?

Întrebări în timpul jocului

- Ce se întâmplă dacă atingem ceva murdar?
- Credeți că microbii pot trece de la o persoană la alta?
- Ce se întâmplă dacă nu ne spălăm pe mâini înainte de masă?

Întrebări despre igienă

- Când trebuie să ne spălăm pe mâini?
- Este suficient doar cu apă sau trebuie și săpun?
- Cât timp ar trebui să ne spălăm pe mâini?

Întrebarea finală

- Care este cea mai bună armă împotriva microbilor?
- Răspunsul dorit: 👉 „Apă și săpun.”

Recomandări pentru facilitator

Nu corectați răspunsurile copiilor într-o manieră critică. Încurajați participarea și folosiți întrebări suplimentare pentru a ghida discuția către răspunsul corect.

Încurajați copiii să ofere exemple din experiența proprie.

2.Activitate: Apelul de urgență 112

Etapa 1 - pregătire

Scopul activității

Copiii învață:

- când trebuie apelat Numărul Unic de Urgență 112
- ce informații trebuie comunicate operatorului
- că apelurile la 112 trebuie făcute doar în situații reale de urgență.

Vârsta recomandată

5 – 12 ani

Durata

20–40 minute

Număr voluntari

2 voluntari / grup de
10–15 copii

Materiale necesare

- walkie-talkie / telefoane de jucărie
- cartonașe cu situații Anexa 2-1
- telefoane walkie-talkie sau 2 telefoane normale
- Poster educativ „Când sunăm la 112 -Anexa 2-2
- Joc Misiune Imposibilă- pentru kiturile complete

Pregătirea jocului

Voluntarii pregătesc:

- jocurile educative pe echipe
- walkie-talkie pentru simularea apelului sau simularea pe doua telefoane cu apel pe numar de telefon personal
- câteva scenarii simple de urgență - Anexa 2-1
- Copiii vor fi împărțiți în echipe de 3–5 copii.

Competențe dezvoltate

- recunoașterea situațiilor de urgență;
- luarea deciziilor în situații de risc;
- comunicarea clară și eficientă;
- responsabilitate civică;
- colaborare și lucru în echipă;
- utilizarea corectă a Numărului Unic de Urgență 112;
- gestionarea emoțiilor în situații de stres.

2. Activitate: Apelul de urgență 112

Etapa 2 - Metodele de lucru - 1 la Tablă

Etapa 2 – Metode de lucru

1. Introducere (3 minute)

Facilitatorul prezintă copiilor posterul „Când sunăm la 112?” (Anexa 2-2) și discută împreună cu aceștia exemplele ilustrate. Posterul poate rămâne afișat pe durata întregii activități pentru a sprijini răspunsurile copiilor.

Întreabă copiii:

- „Știe cineva ce este 112?”
- „Când trebuie să sunăm la 112?”
- „Putem suna la 112 pentru o glumă?”

Se explică:

- „112 este numărul pe care îl apelăm atunci când cineva este în pericol și are nevoie urgentă de ajutor.

2. Jocul pe echipe – Situație de urgență sau nu? (8–10 minute)

Copiii primesc cartonașe cu situații. Ei trebuie să decidă în echipă dacă:

✓ trebuie sunat la 112

✗ nu este o urgență

Exemple de situații

- incendiu într-o casă ✓
- accident de mașină ✓
- cineva leșină ✓
- ti-ai spart mingea ✗
- nu găsești jucăria ✗

3. Simularea apelului (8–10 minute)

Un copil primește walkie-talkie și joacă rolul persoanei care sună. Un voluntar sau alt copil joacă rolul operatorului 112.

Operatorul pune întrebările:

- „Ce s-a întâmplat?”
- „Unde vă aflați?”
- „Câte persoane sunt rănite?”
- „Este cineva în pericol imediat?”

Copilul trebuie să răspundă clar și calm.

2.Activitate: Apelul de urgență 112

Etapa 2 -Metode le lucru - 1 la Tablă

Etapa 3 – Să ne și distrăm

Jocul „Echipa de salvare”

După apelul la 112, copiii devin echipa de intervenție.

Se împart roluri:

- pompieri
- poliție
- ambulanță

Copiii spun ce ar face pentru a ajuta în situația respectivă.

Exemplu:

„Ambulanța verifică dacă persoana respiră.”

Regulile activității

- lucrăm în echipă
- ascultăm colegii
- nu folosim numărul 112 pentru glume
- respectăm indicațiile voluntarilor

Mesajul final

Voluntarul spune:

„112 este un număr foarte important. Dacă îl folosim corect, putem salva vieți.”

Copiii repetă împreună:

👉 „112 se sună doar în situații reale de urgență.”

2. Activitate: Misune imposibilă

jocul 112 - Misiune imposibila

2. Jocurile educative 112 (activitatea principală)

Copiii sunt împărțiți în echipe de 3–5 copii.

Fiecare echipă primește un joc educativ despre situații de urgență - Misiune imposibilă

Cele 3 jocuri sunt folosite pentru a exersa:

- recunoașterea situațiilor de urgență
- luarea deciziilor corecte
- cooperarea în echipă

Organizarea jocurilor

Dacă aveți mai multe seturi, puteți face:

- 3 stații de joc
- echipele se rotesc la fiecare 5–7 minute

Exemplu:

Stația 1 – Jocul 112 nr. 1

Stația 2 – Jocul 112 nr. 2

Stația 3 – Jocul 112 nr. 3

Voluntarii explică regulile și supraveghează jocul.

Recomandări pentru facilitator

- Folosiți exemple apropiate de experiența copiilor și adaptați situațiile la vârsta grupului.
- Încurajați copiii să explice de ce consideră că o situație reprezintă sau nu o urgență.
- Evitați prezentarea unor imagini sau exemple care pot provoca teamă excesivă.
- În timpul simulării apelului, accentuați importanța păstrării calmului și a comunicării clare.
- Reamintiți copiilor că apelurile false la 112 pot împiedica acordarea ajutorului persoanelor aflate cu adevărat în pericol.
- Lăudați participarea și implicarea copiilor, chiar și atunci când răspunsurile nu sunt complet corecte.
- Utilizați posterul „Când sunăm la 112?” (Anexa 2-2) pe tot parcursul activității pentru a consolida mesajele cheie.

3. Activitate: Prim ajutor – Micii salvatori

Etapa 1 - pregătire

Scopul activității

Copiii învață câteva măsuri simple și sigure pe care le pot lua până la sosirea adulților sau a echipajelor de intervenție, fără a se pune pe ei înșiși în pericol.

Vârsta recomandată

7 – 12 ani

Durata

20–40 minute

Număr voluntari

2 voluntari / grup de 10–15 copii

Materiale necesare

- trusă de prim ajutor (plasturi, comprese sterile, feșe / bandaje, mănuși de unică folosință, alcool sanitar)
- fișa mare cu trusa printată magnet - anexa 3-1
- păpușă sau manechin;
- păături sau salteluțe;
- fișe cu diferite situații - Anexa 2-1

Pregătirea jocului

Voluntarii pregătesc:

- trusa de prim ajutor deschisă pe masă și printată pe tablă
- materialele principale scoase pentru prezentare
- câteva scenarii simple de accident

Copiii vor lucra în echipe mici de 3–4 copii și vor simula exact cum prezintă voluntarul la catedră.

Competențe dezvoltate

- recunoașterea situațiilor în care este nevoie de ajutor;
- responsabilitate și spirit civic;
- comunicare și cooperare;
- respectarea regulilor de siguranță;
- deprinderi elementare de acordare a primului ajutor.

3. Activitate: Prim ajutor – Micii salvatori

Etapa 2 - Metode le lucru

Mesajul principal

„Mai întâi ne protejăm pe noi. Apoi chemăm ajutor și ajutăm cât putem în siguranță

1. Descoperim trusa de prim ajutor (5 minute)

Voluntarul prezintă copiilor o trusă de prim ajutor și îi invită să descopere ce conține.

Întrebări pentru discuție:

- „Știe cineva ce este o trusă de prim ajutor?”
- „Unde putem găsi o astfel de trusă?”
- „De ce este important să avem o trusă de prim ajutor?”

Copiii pot scoate pe rând obiectele din trusă și încearcă să ghicească la ce folosesc.

Voluntarul explică pe scurt rolul fiecărui obiect:

- mănuși – protejează persoana care acordă ajutor;
- plasture – pentru zgârieturi și tăieturi mici;
- compresă sterilă – pentru acoperirea unei răni;
- fașă – pentru fixarea unei comprese.

2. Jocul „Ce folosim?” (8–10 minute)

Voluntarul prezintă diferite situații, iar copiii trebuie să aleagă obiectul potrivit din trusa de prim ajutor.

Exemple:

- Un copil s-a zgâriat la genunchi. - Plasture sau compresă.
- Un copil s-a tăiat ușor la deget. - Compresă și plasture.
- Ajutăm o persoană rănită. - Mai întâi folosim mănușile.

După fiecare răspuns, voluntarul explică pe scurt de ce acel obiect este potrivit.

3. Exersăm un pansament simplu (8–10 minute)

Voluntarul demonstrează cum se aplică un plasture și cum se fixează o compresă pe o rană superficială.

Copiii exersează în perechi sau pe un manechin/păpușă.

Se insistă asupra regulilor de bază:

- ne spălăm pe mâini înainte de acordarea ajutorului;
- folosim mănuși atunci când este posibil;
- nu atingem direct rana;
- cerem întotdeauna ajutorul unui adult.

3. Activitate: Prim ajutor – Micii salvatori

Etapa 2 -Metode le lucru - la Tablă

4. Poziția laterală de siguranță (8–10 minute)

Voluntarul demonstrează poziția laterală de siguranță folosind un alt voluntar sau un manechin.

Copiii observă și repetă pașii sub supraveghere.

Mesajul cheie: Dacă o persoană este inconștientă, dar respiră, poate fi așezată în poziția laterală de siguranță până la sosirea ajutorului.

Se explică faptul că această manevră trebuie realizată doar sub îndrumarea unui adult sau după ce a fost solicitat ajutor la 112.

5. Mini-scenarii de prim ajutor (8–10 minute)

Copiii lucrează în echipe.

Fiecare echipă primește un cartonaș cu o situație:

- căzătură în curtea școlii;
- tăietură mică la deget;
- lovitură la mână;
- copil care se simte rău;
- persoană care nu răspunde la întrebări.

Echipa trebuie să răspundă la trei întrebări:

1. Ce s-a întâmplat?
2. Ce putem face în siguranță?
3. Chemăm un adult sau apelăm 112?

Fiecare echipă își prezintă răspunsurile în fața grupului.

4. Activitate: Igienă dentară

Etapa 1 - pregătire

Scopul activității

Copiii învață importanța igienei orale și a alimentației sănătoase pentru menținerea unor dinți puternici și sănătoși. Prin joc și activități practice, aceștia descoperă cum își pot proteja dinții și ce obiceiuri contribuie la prevenirea cariilor.

Vârsta recomandată

7 – 14 ani

Durata

20–40 minute

Număr voluntari

2 voluntari / grup de 10–15 copii
ideal - un medic stomatolog voluntar

Materiale necesare

- planșă laminată „Cum spălăm corect dinții” - 6-8 buc anexa 4-1
- planșă laminată „Dințișorii fericiți” 6-8 buc anexa 4-2
- periuță de dinți demonstrativă 6-8 buc, imagini sau magneți cu alimente sănătoase și nesănătoase anexa 4-5
- (opțional) cronometru
planse tabla alimente sănătoase/năsănătosse - Alexa 4-3, 4-4

Voluntarii pregătesc:

- planșa cu dantura;
- periuța demonstrativă;
- planșa „Dințișorii fericiți”;
- cartonașele sau magneții cu alimente;
- spațiul de lucru pentru activitățile de grup.
- Copiii pot lucra individual, în perechi sau în echipe mici, în funcție de numărul de materiale disponibile.

Competențe dezvoltate

- adoptarea unor comportamente sănătoase;
- recunoașterea alimentelor benefice și a celor care pot afecta sănătatea dentară;
- dezvoltarea responsabilității față de propria sănătate;
- observarea și clasificarea informațiilor;
- comunicarea și participarea activă la activități de grup.

4. Activitate: Igienă dentară

Etapa 2 -Metode le lucru - la Tablă/pe grupe

Etapa 2 – Metode de lucru

1. Introducere (3 minute)

Voluntarul întreabă copiii:

- „Ce trebuie să facem pentru a avea dinți sănătoși?”
- „Ce alimente credeți că afectează dinții?”

Se explică faptul că zahărul poate favoriza apariția cariilor.

2. Jocul „Spălăm dinții” (tabla cu dantură)

Voluntarul explică modul corect de îngrijire a dinților.

Copiii vin pe rând și folosesc periutele cu burete pentru a „spăla” dantura de pe planșa magnetică.

Voluntarul explică:

- spălăm dinții de două ori pe zi
- folosim pastă de dinți
- spălăm dinții cel puțin 2 minute.

3. Jocul „Dinți fericiți sau cariați?”

- Se folosește tabla magnetică cu două categorii:
- dinți fericiți
- dinți cariați

Copiii primesc magneti cu alimente și trebuie să decidă unde îi pun.

- Exemple

Alimente bune pentru dinți: mere, morcovi, lapte, brânză

- Alimente care pot afecta dinții: bomboane, sucuri dulci, ciocolată în exces acadele

Voluntarul discută cu copiii de ce au ales acel loc.

Jocul se poate face la tablă sau pe grupe de 4 copii în funcție de câte materiale avem la dispoziție

4. Activitate: Igiena dentară

Etapa 2 -Metode le lucru - la Tablă

Etapa 3 – Să ne și distrăm

Jocul „Ghicește alimentul”

Un copil alege un magnet cu aliment și îl mimează.

Restul copiilor trebuie să spună: ce aliment este, dacă este bun sau rău pentru dinți.

Regulile activității

- așteptăm rândul
- folosim materialele cu grijă
- lucrăm împreună.

Mesajul final „Dinții sănătoși au nevoie de două lucruri importante.”

Copiii răspund: alimentație sănătoasă și spălat pe dinți dimineața și seara

Recomandări pentru facilitator

- Încurajați copiii să ofere exemple din alimentația lor zilnică.
- Evitați etichetarea alimentelor ca fiind complet „interzise”; accentuați ideea de consum moderat.
- Folosiți planșele ca suport vizual pe tot parcursul activității.
- Încurajați participarea tuturor copiilor la exercițiile practice.
- Reamintiți că periajul regulat și controalele stomatologice contribuie la menținerea sănătății dentare
- Nu judecați alegerile alimentare, încercați să direcționați discuția - da, nu sunt interzise dar este recomandat după spălarea dinților

5. Activitate: Farfuria sănătoasă și Pachețelul sănătos

Etapa 1 - pregătire

Scopul activității

Copiii învață să facă alegeri alimentare sănătoase și să înțeleagă importanța unei alimentații echilibrate pentru creștere, dezvoltare și menținerea stării de sănătate. Activitatea îi încurajează să adopte obiceiuri alimentare corecte și să înțeleagă rolul hidratării și al diversității alimentelor în viața de zi cu zi.

Vârsta recomandată

7 – 12 ani

Durata

20–40 minute

Număr voluntari

2 voluntari / grup de 10–15 copii

Materiale necesare

Varianta 1 – Farfuria fericită

- planșa „Farfuria fericită” - anexa 5-1
- jetoane cu alimente sănătoase și mai puțin recomandate Anexa 4-5

Varianta 2 – Pachețelul sănătos (opțional)

- ingrediente pentru gustări sănătoase, șervețele, mănuși de unică folosință, ustensile și veselă plastic dur

Voluntarii pregătesc:

- pregătesc planșa și jetoanele;
- organizează copiii în echipe mici;
- reamintesc regulile de igienă.
- Înainte de activitate, copiii sunt încurajați să se spele pe mâini..

Competențe dezvoltate

- luarea unor decizii sănătoase;
- observare și clasificare;
- lucru în echipă;
- comunicare și argumentare;
- responsabilitate față de propria sănătate.

5. Activitate: Farfuria sănătoasă și Pachețelul sănătos

Etapa 2 -Metode le lucru

1. Introducere (3–5 minute)

Voluntarul îi întreabă pe copii:

- „Ce ați mâncat astăzi la micul dejun?”
- „Care este alimentul vostru preferat?”
- „Credeti că toate alimentele ne ajută să creștem sănătoși?”

Se discută pe scurt despre faptul că organismul nostru are nevoie de alimente variate pentru a avea energie, a crește și a se dezvolta armonios.

2. Jocul „Construim Farfuria Fericită” (10–15 minute)

Voluntarul prezintă planșa „Farfuria Fericită”.

Copiii se grupează - câte 4/planșă, primesc jetoane cu alimente și sunt invitați să completeze farfuria alegând alimente pe care le consideră sănătoase.

Pe măsură ce acestea sunt așezate pe planșă, voluntarul discută cu copiii:

- De ce ai ales acest aliment?
- Este o alegere bună pentru o masă sănătoasă?
- Ce alte alimente s-ar potrivi alături de acesta?

Se urmărește realizarea unei farfurii cât mai variate, care să conțină fructe, legume, cereale și surse de proteine.

3. Jocul „Ce nu se potrivește?” (5–7 minute)

Voluntarul adaugă printre alimentele sănătoase unul sau două alimente mai puțin recomandate.

Exemple:

- băutură energizantă , acadea, bomboane, chipsuri.

Copiii trebuie să identifice alimentul care nu se potrivește într-o masă echilibrată și să explice de ce.

5. Activitate: Farfuria sănătoasă și Pachețul sănătos

Etapa 2 -Metode de lucru

4. Provocarea „Pachețul pentru școală” (8–10 minute)

Copiii lucrează în echipe.

Fiecare echipă primește jetoane cu alimente și trebuie să alcătuiască un pachețul sănătos pentru o zi de școală.

La final, fiecare echipă își prezintă alegerile.

Voluntarul încurajează discuțiile despre:

- gustări sănătoase;
- consumul de apă;
- importanța fructelor și legumelor.

5. Activitate practică (opțional)

În activitățile desfășurate cu participarea părinților sau atunci când există condiții adecvate, copiii pot pregăti împreună: un sandwich sănătos sau o salată de fructe. Înainte de activitate se reamintesc regulile de igienă și spălarea corectă a mâinilor.

Voluntarul le reamintește copiilor: „O farfurie colorată este de obicei o farfurie sănătoasă.” „Fructe, legume, apă și alegeri bune în fiecare zi!”

Recomandări pentru facilitator

- Încurajați copiii să argumenteze alegerile făcute.
- Evitați clasificarea alimentelor ca fiind complet „bune” sau complet „rele”; accentuați ideea de consum echilibrat.
- Folosiți exemple din alimentația copiilor pentru a face activitatea mai apropiată de experiența lor.
- Evitați comparațiile între ceea ce au sau nu au copiii în pachețul ori acasă. Activitatea urmărește să îi ajute să descopere alegeri sănătoase, nu să evalueze obiceiurile alimentare ale familiilor. Respectați experiențele și situațiile diferite ale fiecărui copil.
- Fiți atenți la comentariile care pot genera rușine sau excludere. Unii copii pot veni la școală fără pachețul sau fără să fi luat micul dejun. Încurajați un climat de respect, empatie și sprijin reciproc, în care fiecare copil să se simtă acceptat și valorizat.
- În cazul activităților practice, respectați regulile de igienă și siguranță alimentară.

Joc: Circulăm în siguranță

Etapa 1 - pregătire

Scopul jocului

Prin intermediul jocului de rol, copiii exersează regulile de circulație, învață să recunoască situațiile de risc și descoperă rolul serviciilor de intervenție și al participanților la trafic.

Vârsta recomandată

7 – 12 ani

Durata

20–40 minute

Număr voluntari

2 voluntari / grup de 10–15 copii

Materiale necesare

- **STOP** luminos
- veste reflectorizante
- cartonașe cu roluri
- cartonașe cu situații
- cretă colorată sau bandă adezivă
- planșele cu vehicule și personaje

Pregătire

- În sala de clasă, în sala de sport sau în curtea școlii se trasează o intersecție simplă.
- În jurul acesteia se amenajează patru puncte importante ale comunității:
 - 🏠 Școala
 - 🚒 Detașamentul de pompieri
 - 🏥 Spitalul
 - 🏪 Magazinul
- (opțional pot fi adăugate și alte locații: parc, farmacie, primărie, grădiniță etc.)

Competențe dezvoltate

- respectarea regulilor de circulație;
- observare și orientare în spațiu;
- luarea deciziilor în situații de trafic;
- responsabilitate și comportament preventiv;
- cooperare și lucru în echipă.

Joc: „Misiune în oraș – circulăm în siguranță”

Etapa 2 -Metode le lucru

Repartizarea rolurilor

Copiii trag la sorți câte un rol.

Exemple de roluri:

 Polițist rutier

 Ambulanță

 Pompieri

 Autobuz școlar

 Șofer

 Șofer

 Biciclist

 Utilizator trotinetă

 Pieton băiat

 Pieton fată

Dacă grupul este mare, pot exista mai multe vehicule și mai mulți pietoni, sau se fac mai multe runde

Desfășurarea jocului

Toți participanții se poziționează la punctul de plecare corespunzător rolului primit.

Formatorul extrage un cartonaș cu situație și citește cu voce tare provocarea.

Exemplu:

 „Autobuzul școlar a ajuns la școală. Un copil trebuie să traverseze strada.”

Copiii implicați trebuie să acționeze conform regulilor de circulație.

Polițistul rutier poate interveni pentru dirijarea traficului atunci când situația o impune.

Exemple de situații

 Se apropie o ambulanță cu semnalele pornite.

 Pompierii merg la un incendiu.

 Un copil vrea să traverseze strada.

 Biciclistul ajunge la trecerea de pietoni.

 Utilizatorul trotinetei circulă prea repede.

 Autobuzul școlar oprește în stație.

 Semaforul este roșu pentru pietoni.

Joc: „Misiune în oraș – circulăm în siguranță”

Recomandare pentru facilitatori

Dacă este posibil, activitatea poate fi realizată în colaborare cu reprezentanți ai Poliției Rutiere, care pot prezenta copiilor echipamente reale și pot susține exerciții practice de traversare și dirijare a circulației.

Materiale suport

Pentru desfășurarea și adaptarea jocului, facilitatorii pot utiliza materialele puse la dispoziție în anexele ghidului:

Anexa 6-1 – Jucătorii

- personaje și vehicule care pot fi printate și utilizate în cadrul jocului de rol (pietoni, biciclist, șoferi, autobuz școlar, poliție, ambulanță, pompieri etc.).

Anexa 6-2 – Situații de joc

- cartonașe cu provocări și situații din trafic, care pot fi extrase și utilizate pe parcursul activității pentru simularea unor situații reale.

Anexa 6-3 – Schiță de inspirație

- model orientativ pentru desenarea intersecției și organizarea spațiului de joc în sala de clasă, sala de sport sau curtea școlii.

Materialele pot fi adaptate în funcție de numărul participanților, spațiul disponibil și nivelul de vârstă al copiilor.



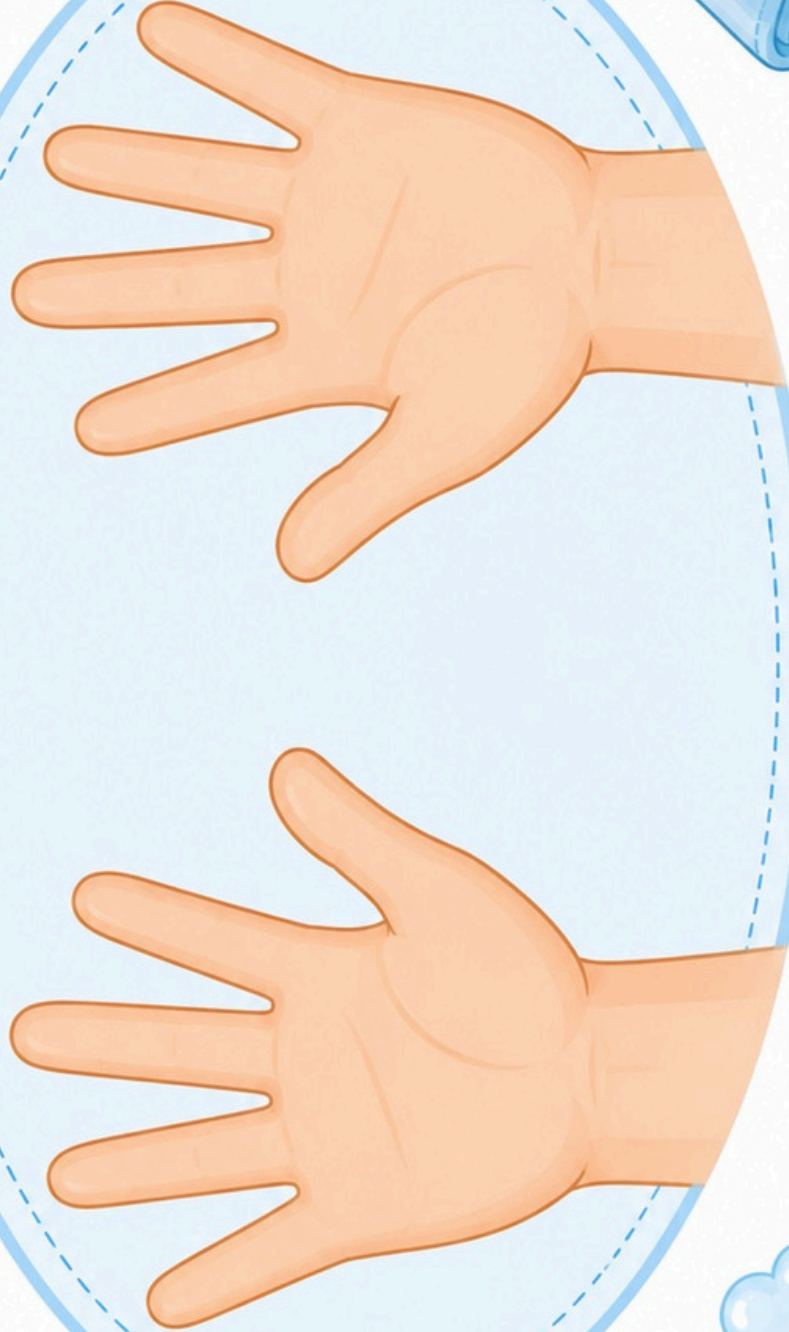
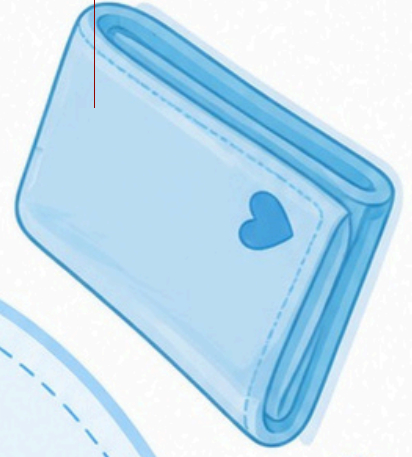
MĂINI CURATE, SĂNĂTATE!

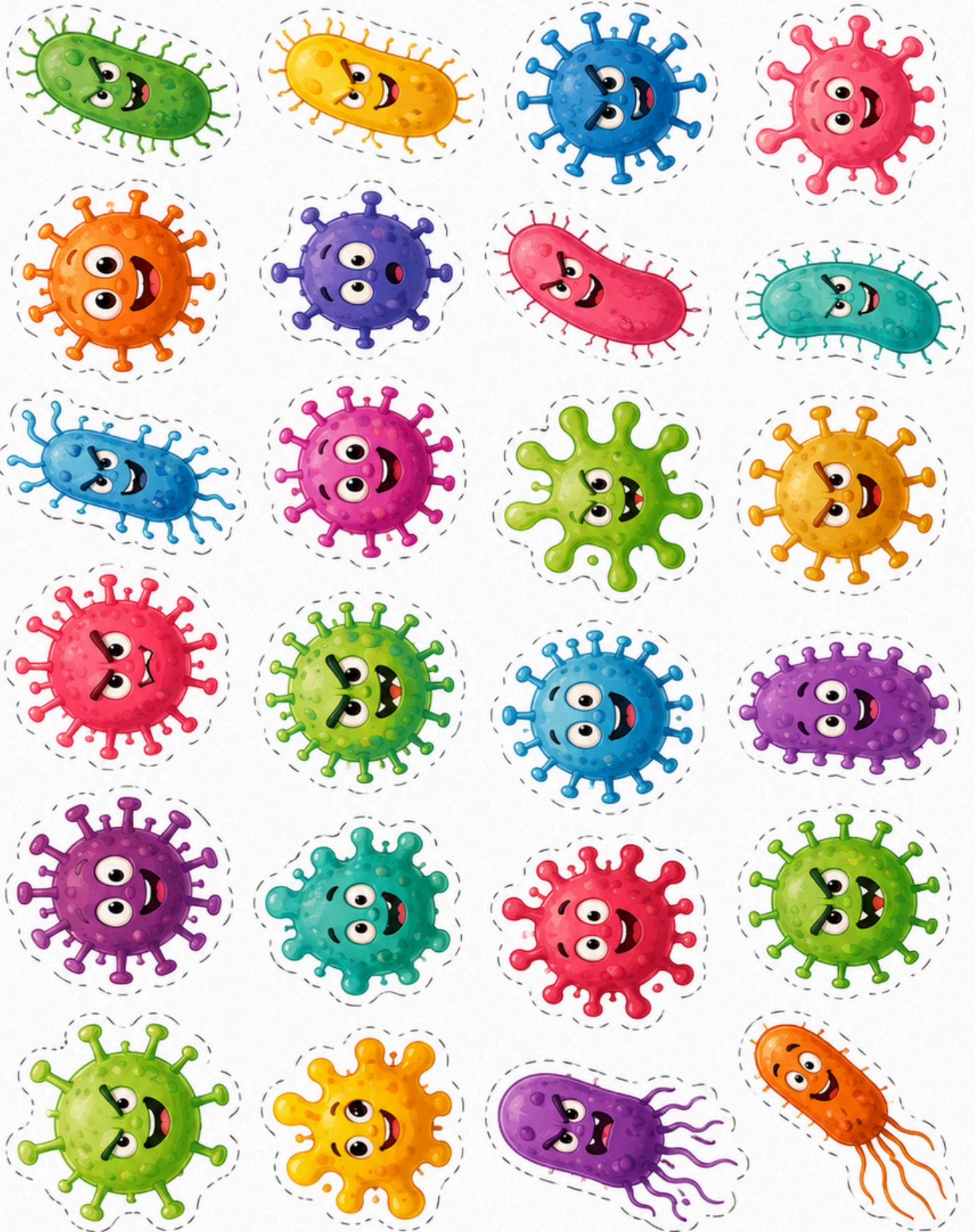
Spală-te pe
mâini corect și
des!

Îndepărtează
murdăria și
bacteriile!



SPALĂ-TE CORECT TIMP DE CEL PUȚIN **20** DE SECEUNDE!





CUM SPĂLĂM CORECT PE MĂINI



1 Udați mâinile
cu apă.



2 Puneți săpun.



3 Frecați palma
de palmă.



4 Frecați spatele
mâinilor.



5 Frecați între
degete.



6 Frecați degetele
și unghiile.



7 Clătiți bine
cu apă.



8 Uscați mâinile
cu un prosop curat.



Spală-te pe mâini
timp de cel puțin
20 de secunde!



MĂINI CURATE = SĂNĂTATE!















Sună la 112
când avem nevoie
de **AJUTOR**
IMEDIAT!

CÂND SUNĂM LA 112?

Numărul 112 te ajută în situații de urgență!

SUNĂM LA 112 ÎN SITUAȚII PRECUM:



INCENDIU



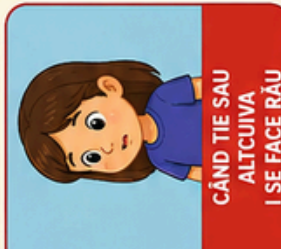
ACCIDENT
SAU RĂNIRE



PERSOANE
CARE FAC RĂU



FENOMENE
NATURALE PERICULOASE



CÂND TIE SAU
ALTCUIVA
I SE FACE RĂU



Rămăi calm,
vorbește clar și
răspunde la
întrebări!

PAȘI CORECTI CÂND SUNI LA 112

1

SUNĂ LA 112

Formează numărul 112
de pe telefon.



2

SPUNE UNDE EȘTI

Spune adresa sau locul
în care te afli.



3

SPUNE CE S-A ÎNTÂMPLAT

Explică pe scurt și clar
ce s-a întâmplat.



4

SPUNE CINE EȘTI

Spune cum te numești
și un număr de telefon.



5

ASCULTĂ ȘI RĂSPUNDE

Răspunde la întrebările dispecerului
și urmează indicațiile lui.



REGULI IMPORTANTE



Nu suna la 112 dacă nu este
o urgență!



Nu închide primul apelul!



Vorbește calm, clar și
respectuos!



Nu te juca cu apelul la 112,
poate împiedica salvarea
cuiva care are cu adevărat
nevoie de ajutor!



TU POȚI FI UN EROU!

Dacă știi când și cum să suni la 112,
poți salva vieți!



APELUL LA 112 ESTE GRATUIT
ȘI POATE FI FĂCUT DE PE ORICE TELEFON!



TRUSA DE PRIM AJUTOR



COMPRESĂ



FAȘĂ ELASTICĂ



MEDICAMENTE DE URGENȚĂ



APĂ OXIGENATĂ



FOARFECĂ



MĂNUȘI



PLASTURE

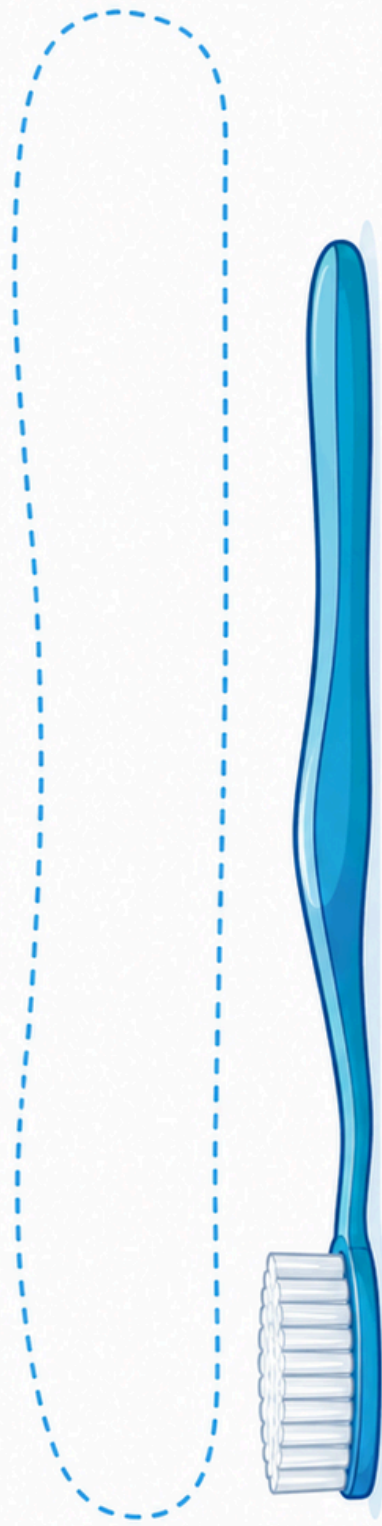
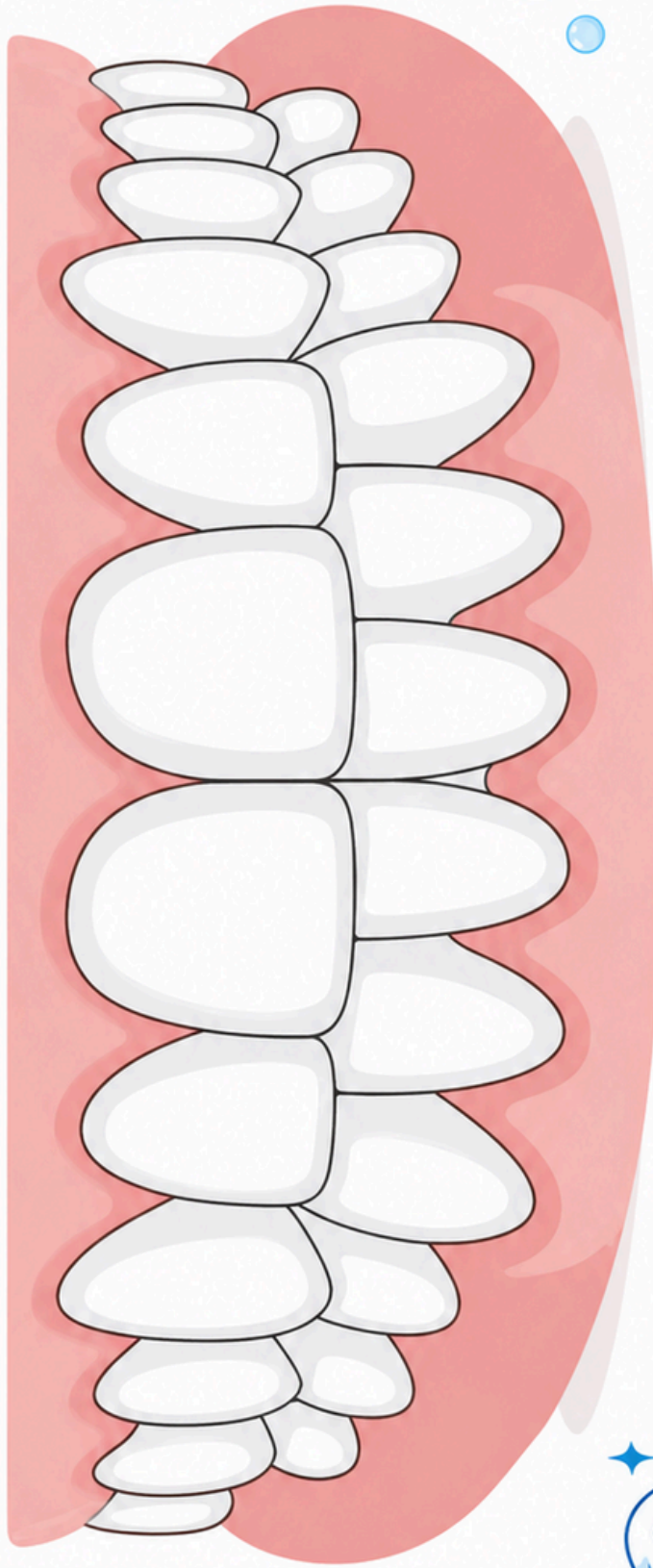


DEZINFECTANT





Cum spălăm corect dinții



112 ESCAPE ROOM PENTRU VIAȚĂ

DINȚIȘORII FERICIȚI

Alege ce este bine pentru dinți și ce le face rău!



PRIETENII DINȚIȘORILOR

ALEGE ALIMENTELE CARE SUNT BUNE PENTRU DINȚI!



DUȘMANII DINȚIȘORILOR

ALEGE ALIMENTELE CARE LE FAC RĂU DINȚILOR!



ALIMENTE SĂNĂTOASE



Prietenii dințișorilor și ai corpului nostru!

MERE



Curăță dinții
în mod natural.

MORCOVI



Întăresc dinții și
sunt plini de vitamine.

LAPTE



Conține calciu,
care întărește dinții.

BRÂNZĂ



Protejează smalțul
dinților.

IAURT NATURAL



Ajută la menținerea
unei guri sănătoase.

BROCCOLI



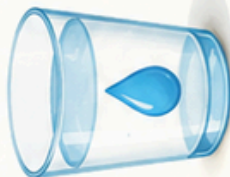
Plin de vitamine
și minerale.

CASTRAVEȚI



Hidratează și ajută
la curățarea dinților.

APĂ



Cea mai bună băutură!
Menține gura curată.

NUCI ȘI MIGDALE



Sunt o gustare sănătoasă
și bogată în vitamine.

PEȘTE



Conține vitamine
care întăresc corpul
și dinții.

Alege alimente sănătoase
pentru un zâmbet frumos
și un corp puternic! ♥



ȘTIAI CĂ?

O alimentație echilibrată + periajul regulat
= dinți sănătoși și un zâmbet strălucitor!



ALIMENTE MAI PUȚIN RECOMANDATE



Dușmanii dințișorilor!

Pot favoriza apariția cariilor și pot afecta sănătatea dinților.



BOMBOANE



Conțin mult zahăr și rămân pe dinți.

ACADELE



Zahărul rămâne mult timp în contact cu dinții.

CIOCOLATĂ ÎN EXCES



Zahărul și lipiciul de pe ciocolată pot cauza carii.

SUCURI DULCI



Conțin mult zahăr și acid care atacă smalțul dinților.

BAUTURI ENERGIZANTE



Sunt acide și pot afecta smalțul dinților.

PRĂJITURI ȘI TORTURI



Au mult zahăr și lipicios, favorizează cariile.

FURSECURI ȘI BISCUȚI



Zahărul și făina rămân pe dinți între mese.

ÎNGHEȚATĂ



Zahărul poate cauza carii, iar consumul frecvent nu este recomandat.

CIPSURI ȘI SNACKSURI



Sunt lipicioase și pot rămâne pe dinți. Conțin mult sare și grăsimi.

CARAMELE MOI



Rămân mult timp pe dinți și conțin mult zahăr.

ȘTIAI CĂ?

Bacteriile iubesc zahărul! Ele îl transformă în acid care atacă dinții și poate provoca carii. De aceea este important să consumăm aceste alimente cât mai rar și în cantități mici. ☹️



CE PUTEAM FACE?

- Consumăm alimente mai sănătoase. 💡
- Ne spălăm pe dinți de două ori pe zi. ✓
- Bem apă, nu băuturi dulci. ✓
- Mergem la dentist pentru control regulat. ✓





ALIMENTE SĂNĂTOASE



BRÂNZĂ



APĂ



STRUGURI



LAPTE



CASTRAVEȚI



OVĂZ



MORCOVI



BROCCOLI



PEȘTE



MERE



IAURT NATURAL



NUCI ȘI MIGDALE



ALIMENTE MAI PUȚIN RECOMANDATE

Dușmanii dințișorilor!



BOMBOANE



ACADELE



CIOCOLATĂ ÎN EXCES



SUCURI DULCI



BĂUTURI ENERGIZANTE



PRĂJITURI ȘI TORTURI



FURSECURI ȘI BISCUȚI



ÎNGHEȚATĂ



CIPSURI ȘI SNACKSURI



CARAMELE MOI



JELEURI



IAURTURI CU ZAHĂR



FRUCTE ȘI LEGUME SĂNĂTOASE



Prietenii dințișorilor și ai corpului nostru!



BANANĂ



CĂPȘUNI



PORTOCALĂ



PARĂ



SALATĂ VERDE



ARDEI GRAS



PORUMB



PEPENE VERDE



KIWI



AFINE



PIERSICĂ



ALIMENTE SĂNĂTOASE



Ne ajută să creștem puternici și să avem dinți sănătoși!



OUĂ



CARNE DE PUI



PEȘTE



FASOLE



MAZĂRE



CARTOF COPT



OREZ



FULGI DE OVĂZ



AVOCADO



PÂINE INTEGRALĂ



UNT (CU MODERAȚIE)



CHEFIR

PROIECT FINANȚAT DE FUNDATIA ECHILIBRU VITA NUOVA (FOSTA FUNDATIA FARMACILOR DONNA) IN CADRUL PROGRAMULUI CREȘTE CU EDUCATIE.

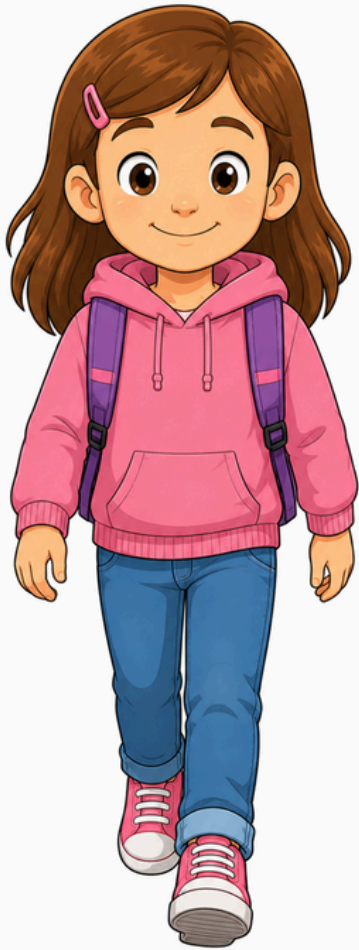


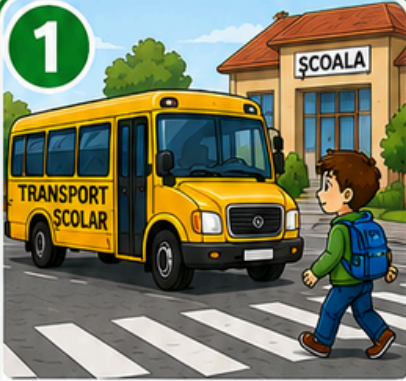
112 ESCAPE ROOM PENTRU VIAȚĂ

FARFURIA FERICITĂ









1
Autobuzul școlar
a ajuns la școală.

Un copil vrea să
traverseze strada.

➔ Ce trebuie să facă
înainte să traverseze?



2
Conduci o mașină
și ajungi la o trecere
de pietoni.

Un copil așteaptă să
traverseze.

➔ Ce faci?



3
Vrei să traversezi strada.

Nu există trecere de pietoni
în apropiere.

➔ Ce faci?



4
Se apropie o ambulanță
cu semnalele pornite.

➔ Ce trebuie să facă
celelalte vehicule?



5
Mergi cu bicicleta spre parc.

Ajunși la o trecere de pietoni.

➔ Cum traversezi?



6
Semaforul este roșu
pentru pietoni.

Nu circulă nicio mașină.

➔ Traversezi sau aștepti?



7
Pompierii merg
la un incendiu.

➔ Cine are prioritate?



8
Un copil aleargă
spre școală și vrea
să traverseze în fugă.

➔ Este o alegere sigură?



9
Polițistul ridică
semnul STOP.

➔ Ce trebuie să facă
toate vehiculele?

10



Plouă și carosabilul este ud.

➔ Ce trebuie să facă șoferii?

11



Un copil se uită la telefon în timp ce merge spre trecere.

➔ Este sigur?

12



Cobori din autobuzul școlar.

➔ Pe unde traversezi?

13



O mașină este parcată lângă trecerea de pietoni.

➔ Ce trebuie să faci înainte să traversezi?

14



Biciclistul circulă foarte repede printre pietoni.

➔ Este corect?

15



Semaforul s-a făcut verde pentru pietoni.

➔ Traversezi imediat sau te asiguri mai întâi?

16



Ambulanța și pompierii ajung în aceeași intersecție.

➔ Ce fac celelalte vehicule?

17



Te apropii de o școală.

➔ De ce trebuie să fii mai atent?

18



Un coleg traversează prin loc nepermis.

➔ Ce îi spui?



19

Mergi cu trotineta electrică
prin parc.
În fața ta sunt mulți pietoni.
➔ Cum trebuie să circuli?



20

Mergi cu trotineta electrică
fără cască.
➔ Este o alegere sigură?



21

Pleci cu bicicleta la plimbare.
Ai uitat casca acasă.
➔ Ce faci?



22

Mergi cu bicicleta foarte
repede printre alți copii.
➔ Ce pericol există?



23

Tu și un prieten mergeți cu
aceeași trotinetă electrică.
➔ Este permis și sigur?



24

Ascultă muzică în căști în
timp ce mergi cu bicicleta.
➔ De ce poate fi periculos?



25

Primești un mesaj pe telefon
în timp ce mergi cu trotineta.
➔ Ce trebuie să faci?



26

Ajungi cu bicicleta la o
trecere de pietoni.
➔ Traversezi călare pe
bicicletă sau cobori?



27

Este seară și mergi
cu bicicleta.
➔ Ce te ajută să fii văzut
mai ușor?





Recomandarea psihologului

În situațiile de criză, atunci când copilul se rănește, se sperie sau este implicat într-un accident, este firesc ca părintele să fie îngrijorat. Totuși, este important să ne amintim că reacțiile adulților influențează direct modul în care copilul percepe evenimentul și reușește să își gestioneze emoțiile.

În astfel de situații este recomandat să:

- evaluați starea generală și siguranța copilului;
- vă acordați câteva secunde pentru a vă regla propriile emoții prin respirație controlată sau alte tehnici de calmare;
- validați și normalizați emoțiile copilului:

„Înțeleg că te doare.”

„Știu că te-ai speriat și este normal să te simți așa.”

- oferiți explicații simple despre ceea ce urmează să se întâmple și acordați ajutorul necesar;
- solicitați sprijin specializat atunci când situația o impune.

Evitați țipetele, reproșurile, criticile sau minimizarea emoțiilor copilului.

Un părinte nu ignoră problema și nici nu minimizează suferința copilului. El îl ajută pe copil să își regleze emoțiile și să găsească soluții. Printr-o reacție calmă și echilibrată, copilul învață că situațiile dificile pot fi gestionate și își dezvoltă treptat capacitatea de a face față provocărilor vieții.



Mesaj final

Acest ghid a fost realizat în cadrul proiectului „112 Escape Room pentru Viață”, implementat de Kiwanis Club Roșiorii de Vede și finanțat de Fundația Echilibru Vita Nuova (fosta Fundația Farmaciilor Dona), în cadrul programului „Cresc cu Educație”.

Activitățile, jocurile și materialele prezentate au fost dezvoltate cu sprijinul tinerilor voluntari ai Key Club Kiwanis Roșiorii de Vede, care au contribuit la crearea unor metode de învățare atractive și interactive, inspirate din modul în care copiii înțeleg și învață cel mai ușor.

Credem că educația pentru sănătate și siguranță trebuie să fie accesibilă tuturor copiilor. Nu este important dacă învățarea are loc printr-un joc, o provocare, o simulare sau o activitate practică. Important este ca fiecare copil să înțeleagă ce are de făcut atunci când se confruntă cu o situație reală.

Prin acest proiect, sute de copii au avut ocazia să învețe despre apelul la 112, acordarea primului ajutor, igiena și prevenția, sănătatea orală, alimentația sănătoasă și siguranța rutieră. Sperăm ca acest ghid să fie un instrument util pentru profesori, voluntari, părinți și pentru toți cei care își doresc să contribuie la formarea unor copii mai pregătiți, mai responsabili și mai încrezători.

Mulțumim finanțatorului, partenerilor, profesorilor, specialiștilor, voluntarilor și tuturor celor care au susținut acest proiect și au contribuit la transformarea unor informații importante în experiențe de învățare accesibile și atractive pentru copii.

Pentru informații oficiale despre măsurile de siguranță și comportamentul în situații de urgență, vă recomandăm să consultați platforma FiiPregătit.ro.



Kiwanis
CLUB ROȘIORII DE VEDE

