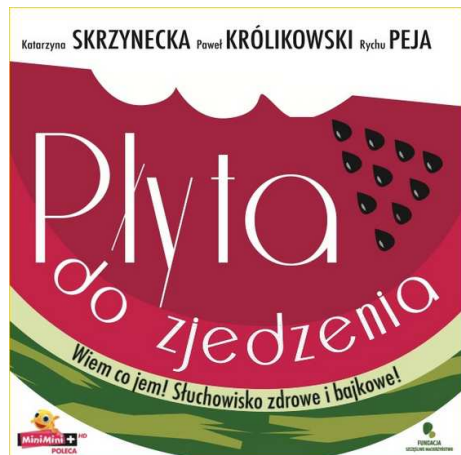


# BEZPIECZEŃSTWO. ZDROWIE. EKOLOGIA

## 1. Płyta do zjedzenia. Wiem co jem ! Słuchowisko zdrowe i bajkowe!



Szanowni Rodzice! Oddajemy w Wasze ręce pierwszą na świecie „Płytę do zjedzenia”. Jest smaczna i dobrze zbilansowana, jak zdrowy posiłek. Ma w sobie mnóstwo substancji budulcowych i energetycznych, których Wasze dzieci potrzebują do prawidłowego rozwoju.

„Płyta do zjedzenia” przekona Wasze dzieci do zdrowej diety. To świetna zabawa, a nie kolejny nudny wykład o zdrowym odżywianiu. Płyta, którą trzymacie w ręku to nie tylko słuchowisko, zabawne teksty, szybko wpadające w ucho piosenki, to przede wszystkim misja, jaką chcemy zaszczerpić w najmłodszym pokoleniu. Nie chcemy wyłącznie edukować, chcemy bawić i edukować. Chcemy, aby znane głosy rozbrzmiały w każdym polskim domu.

- Z raportu WHO, sporządzonego na podstawie badań na grupie 207 tysięcy 11-, 13- i 15-latków z 39 krajów, wynika, że w Polsce jest najwyższy odsetek 11-latków z nadwagą
- Złe nawyki żywieniowe i brak ruchu często zamieniają się w otyłość
- Niewłaściwa dieta, nadwaga może być przyczyną ponad 80 chorób u dzieci i dorosłych
- Osoby, które stosują niewłaściwą dietę częściej chorują na depresję

### NAJCZĘSTSZE BŁĘDY W ŻYWIENIU DZIECI:

1. Nieregularne jedzenie, podjadanie pomiędzy posiłkami
2. Podawanie dziecku mało wartościowych posiłków, duży udział w diecie żywności wysoko przetworzonej i produktów typu fast food
3. Monotonna, źle zbilansowana dieta
4. Zbyt mała ilość mleka i produktów mlecznych
5. Nadmierne spożycie soli
6. Zbyt duża ilość cukru i słodczy
7. Mały udział warzyw w diecie
8. Nadmiar tłuszczów zwierzęcych
9. Picie dużej ilości słodkich napojów
10. Siedzący tryb życia, mała aktywność fizyczna

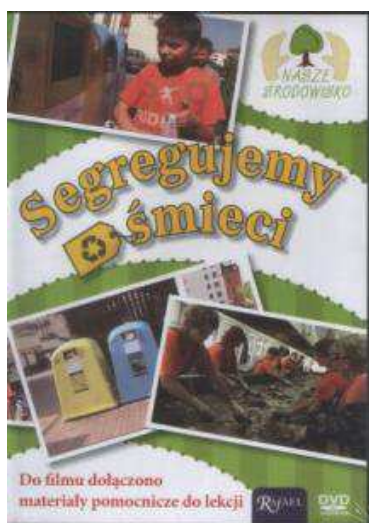
„Płyta do zjedzenia” w zamierzeniu ma walczyć z negatywnymi następstwami niewłaściwych nawyków żywieniowych wśród dzieci i karmiących ich dorosłych. To bajkowe mini-vademecum wiedzy, często oczywistej, ale wciąż niestosowanej w naszej diecie codziennej. Bo nawyki żywieniowe, których nauczymy nasze dzieci będą miały wpływ na ich rozwój, na kondycję organizmu oraz zdolność uczenia się i koncentracji. Utrwalanie zasad zdrowego odżywiania od najmłodszych lat jest skuteczną profilaktyką nadwagi i otyłości oraz wielu innych problemów zdrowotnych.

## 2. Szupek radzi jak być bezpiecznym na drodze



Śląska policja przygotowała dla najmłodszych akcję, która ma na celu zwiększenie ich bezpieczeństwa na drogach. By nie były to suche wykłady funkcjonariuszy stworzono wraz z telewizją sferą interaktywny film edukacyjny. Akcja skierowana do najmłodszych ma edukować uczniów klas szkół podstawowych od I do III.

### 3. Segregujemy śmieci (film DVD)



Film w bardzo atrakcyjnej formie przedstawia problemy związane z narastającą ilością śmieci i odpadów, a także - co ważniejsze - pokazuje pozytywne rozwiązania tego problemu i zachęca do aktywnego udziału w procesie segregowania odpadów.

Papierek wyrzucony na ulicę przez dwóch chłopców staje się pretekstem do prześledzenia drogi, jaką pokonują różnorodne odpady od śmietnika czy naszego domowego kosza po rozkład lub ponowne wykorzystanie. Wraz z głównymi bohaterami znajdziemy się na ścieżce ekologicznej, gdzie zobaczymy, co dzieje się z papierkiem, plastikiem, szkłem i metalem wyrzuconymi do odpowiednich pojemników. Dowiemy się także, co zrobić z przepaloną żarówką, przeterminowanymi lekami, starymi bateriami, zużytą lodówką czy wielką kanapą, by przysłużyć się środowisku.

### 4. Pierwsza pomoc w nagłych wypadkach (filmy DVD)

Umiejętność ratowania życia może przydać się każdemu, bowiem o przeżyciu decydują zazwyczaj pierwsze minuty po wypadku. Aby w takiej sytuacji nie sparaliżował nas strach, proponujemy pakiet filmów instruktażowych, które pomogą nam zachować zimną krew, pokonać lęk, a przede wszystkim pomóc osobie poszkodowanej. Pakiet zawiera 4 płyty.

#### - Pierwsza Pomoc - bezpieczna szkoła

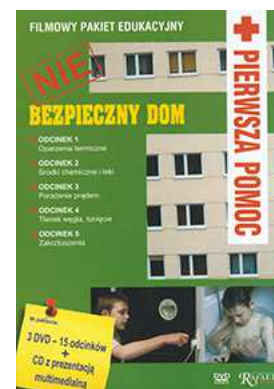
- krwawienia i krwotoki
- astma
- cukrzyca
- złamania i zwichnięcia kończyn
- wypadek samochodowy

#### - Pierwsza Pomoc - bezpieczna ulica

- zagrożenie życia, powiadomienie służb ratunkowych
- problemy z sercem
- drgawki
- alergie i ukąszenia
- zatrzymanie krążenia (szybka defibrylacja AED)

#### - Pierwsza Pomoc - bezpieczny dom

- oparzenia termiczne
- środki chemiczne i leki
- porażenie prądem
- tonięcie w wannie spowodowane zatruciem tlenkiem węgla



## - Prezentacja multimedialna – Przedmedyczne zabiegi ratujące życie

Prezentacja stanowi znakomitą pomoc dydaktyczną w samokształceniu dla wszystkich chcących przeprowadzić " mini kurs " zasad pierwszej pomocy. Przystępność i forma przygotowanych przez grupę ratowników prezentacji sprawia, że może ona być wykorzystywana w pracy z uczniami szkół podstawowych, gimnazjów i szkół średnich, jak i osobami dorosłymi.

- łańcuch przeżycia
- zasady wzywania służb ratunkowych
- wyposażenie apteczki
- bezpieczeństwo na miejscu wypadku
- resuscytacja krążeniowo-oddechowa
- zadławienie
- bezpieczna pozycja poszkodowanego
- zakładanie kołnierza ortopedycznego
- wyciąganie poszkodowanych z samochodu
- wstrząs
- krwotoki
- oparzenia
- zawał serca
- złamania
- padaczka

