

## **Ulotka dla rodziców**

### **Pierwsza pomoc przedmedyczna**

**Mamo, tato jestem jeszcze mały(a), ale mogę Wam pomóc w sytuacji wypadku.**

#### **Dlatego też proszę Was o to, byście:**

1. Przygotowali mi listę podstawowych informacji (imię, nazwisko, adres, numery telefonów alarmowych, numery telefonów do Was) i powiesili ją w widocznym miejscu. Pomóżcie mi utrwalić te informacje.
2. Pomogli mi w nabywaniu prawidłowych nawyków: przechodźcie na zielonym świetle, po pasach, myjcie ręce przed każdym posiłkiem, zawsze zapinajcie pasy, nie zbliżajcie się do obcych zwierząt. Patrzę na Was i uczę się od Was.
3. Podczas opatrywania moich ran opisywali mi to, co robicie – dzięki temu zapamiętuję nazwy potrzebnych wtedy przedmiotów oraz utrwalam sobie, co należy robić.
4. Nauczyli mnie korzystania z telefonu. Poćwiczmy rozmowę np. ze szpitalem, z policją, żebym wiedział, co wtedy powiedzieć. Niech telefon będzie zawsze w tym samym miejscu.
5. Umieścili podstawową apteczkę w zasięgu moich rąk. Woda utleniona, plaster, gaza – gdy obetrę sobie kolana, będę już wiedział, gdzie szukać pomocy.
6. Pochowali wszelkie niebezpieczne substancje. Powiedzcie mi, co mogę robić sam (np. przyklejenie plastra), a do czego potrzebuję Waszej pomocy (np. zażywanie lekarstw).
7. Rozmawiali ze mną o ewentualnych skutkach moich zachowań. Same zakazy nie nauczą mnie niczego, bo nie będę wiedział, dlaczego nie mogę/nie powinienem czegoś robić.
8. Zachowali spokój w sytuacji niebezpiecznej. Dzięki temu i ja będę spokojny.
9. Przypominali mi o prawidłowym zachowaniu na boisku, w przedszkolu, w domu. Ja to wiem, ale często zapominam.
10. Co jakiś czas powtarzali ze mną ćwiczenia z zakresu udzielenia pierwszej pomocy, których nauczyłem się w przedszkolu. Dzięki temu nie zapomnę, jak pomóc komuś w sytuacji nagłego wypadku, a i Wy utrwalcie sobie zasady pierwszej pomocy przedmedycznej.

# **ABC pierwszej pomocy dla dzieci**

**A jak aktywność** – pomagajmy innym

**B jak bezpieczeństwo** – bawmy się na dworze bezpiecznie, pamiętajmy o zasadach

**C jak cenna wiedza** – powtarzajmy numery telefonów alarmowych, bo ich znajomość pomoże nam w przyszłości

Opracowała: mgr. Beata Kaźmierczak