



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



HRVATSKI CRVENI KRIŽ



# SAFER SCHOOLS AND KINDERGARTENS



Sigurnije škole i vrtići: Razvoj on-line platforme za sigurne i dobro pripremljene osnovne škole i vrtiće za izvanredne situacije



Црвени крст Србије  
Red Cross of Serbia





## Sadržaj

PROJEKTNI PARTNERI.....	4
UVOD .....	5
O KATALOGU AKTIVNOSTI I MATERIJALA.....	6
PRIPREMA ZA IZVANREDNE SITUACIJE .....	7
1. Set2GO .....	7
2. Napravi plan.....	8
3. Nacrtaj svoj simbol/amblem .....	10
PRIPREMA ZA IZVANREDNE SITUACIJE - POPLAVE .....	11
1. Kišom do poplave.....	11
PRIPREMA ZA IZVANREDNE SITUACIJE – POTRESI.....	13
1. Sigurno mjesto u vrtiću / školi.....	13
2. Sagni se, prekrij i drži za.....	14
3. Sigurno mjesto kada ste vani .....	15
4. 1, 2, 3, potres! .....	16
5. Tektonske kretnje .....	17
PRIPREMA ZA IZVANREDNE SITUACIJE – EKSTREMNI VREMENSKI UVJETI .....	18
1. Zzzzzima .....	18
2. Ljetna vrućina .....	19
3. Vremenska prognoza.....	20
PRIPREMA ZA IZVANREDNE SITUACIJE - KLIMATSKE PROMJENE.....	21
1. Zaštitimo svijet .....	21
PRVA POMOĆ .....	23
1. Opasnost kod kuće .....	23
2. Smiješ se igrati, ne diraj.....	25
3. Prva pomoć, upomoći!.....	26
4. Važno je znati .....	27
5. Prva pomoć za djecu .....	28
6. Pomozi plišanome medi.....	29
SIGURNOST U ŠKOLI / VRTIĆU.....	30
1. Makni se od tamo! .....	30
2. Svi za jednog, jedan za sve .....	32
3. Mapiranje škole i zajednice.....	34
4. Električni uređaji .....	35



5. Označavanje izlaznih vrata .....	36
6. Označavanje sigurnih zona .....	37
<b>PSIHOSOCIJALNA PODRŠKA.....</b>	<b>38</b>
1. 10 lica emocija .....	38
2. Aktivnost za opuštanje – puhanje mjehurića .....	39
3. Moje je tijelo moje .....	40
4. Otvaranje i zatvaranje padobrana .....	41
5. Igra ogledala .....	43
6. Ja i moje potrebe.....	44
7. Ne budi takav! .....	46
8. Kazalište emocija .....	48
9. Jesi li pod stresom? .....	49
<b>STRATEGIJE PROCJENE .....</b>	<b>51</b>
1. Živiš li opasno?.....	51
2. Lista požarne sigurnosti za škole i vrtiće .....	54
3. Sigurnosna lista - pregled.....	56
<b>INFORMACIJE O POSTOJEĆIM PROGRAMIMA .....</b>	<b>58</b>
1. Podizanje svijesti male djece o pripravnosti i sigurnosti .....	58
2. ROKO program .....	60
3. HELFI program .....	61
4. Plan za alarm i hitne slučajeve.....	62
<b>DODATNI MATERIJALI .....</b>	<b>63</b>
Set2GO .....	63
Sagni se, prekrij i drži za... .....	72
Vremenska prognoza .....	79
Smiješ se igrati, ne diraj.....	80
Prva pomoć, upomoć!.....	81
Važno je znati.....	88



## PROJEKTI PARTNERI

Popis autora koji su doprinijeli razvoju ovog kataloga aktivnosti i materijala:



**AUSTRIAN RED CROSS**

**Austrijski Crveni križ**  
Cornelia Zwicker  
Tel.: +43 1 58900-715  
[Cornelia.Zwicker@roteskreuz.at](mailto:Cornelia.Zwicker@roteskreuz.at)  
[www.roteskreuz.at](http://www.roteskreuz.at)



**HRVATSKI CRVENI KRIŽ**

**Hrvatski Crveni križ**  
Jelena Bjelić, Anna-Maria Radić, Ivana Zdražil Vorberger  
T.: +385 1 4655 814  
[jelena.bjelic@hck.hr](mailto:jelena.bjelic@hck.hr)  
[www.hck.hr](http://www.hck.hr)



**ÖSTERREICHISCHES  
JUGENDROTKREUZ**

**Austrijski Crveni križ mladih**  
Brigitte Blüthl, Daniel Kaspar  
T.: +43 1 589 00-374  
[Brigitte.Bluethl@roteskreuz.at](mailto:Brigitte.Bluethl@roteskreuz.at)  
[www.jugendrotkreuz.at](http://www.jugendrotkreuz.at)



**Црвен крст на Република Македонија  
Круѓи i куѓи i Republikës së Maqedonisë  
Macedonian Red Cross**

**Crveni križ Sjeverne Makedonije**  
Ali Samet, Aleksandar Stojanoski  
Tel.: +3892 3 114-355 127  
[Samet@redcross.org.mk](mailto:Samet@redcross.org.mk)  
[www.redcross.org.mk](http://www.redcross.org.mk)



**BULGARIAN  
RED CROSS**

**Bugarski Crveni križ**  
Aleksandra Vasileva  
T.: +359 2 49 23 888  
[a.vasileva@redcross.bg](mailto:a.vasileva@redcross.bg)  
[www.redcross.bg](http://www.redcross.bg)



**Црвени крст Србије  
Red Cross of Serbia**

**Crveni križ Srbije**  
Ranko Demirovic  
Tel.: 381 11 3032119 131  
[ranko@redcross.org.rs](mailto:ranko@redcross.org.rs)  
[www.redcross.org.rs](http://www.redcross.org.rs)

Urednici: Jelena Bjelić, Anna-Maria Radić, Ivana Zdražil Vorberger (Hrvatski Crveni križ),  
Cornelia Zwicker (Austrijski Crveni križ)

Dizajn: Desiree Berghold-Wieser (naslovnica i izgled stranica)

Naslovnica: Shutterstock

Mjesto i vrijeme: Zagreb, rujan 2019

Broj projektnog ugovora: 2018-1-AT01-KA201-039283



Sufinancirano sredstvima  
programa Europske unije  
Erasmus+

*Projekt "Sigurnije škole i vrtići" sufinanciran je sredstvima programa Europske unije Erasmus+. Ova publikacija odražava isključivo stajalište autora publikacije i Komisija se ne može smatrati odgovornom prilikom uporabe informacija koje se u njoj nalaze.*



## UVOD

U budućnosti se zbog klimatskih promjena mogu očekivati sve češći ekstremni događaji kao što su poplave, suše te ekstremni zimski uvjeti ili toplinski valovi. Kada se izvanredne situacije dogode, djeca su među najugroženijim skupinama. Odgojno-obrazovne ustanove imaju obvezu poduzeti mjere pripreme za izvanredne situacije, smanjenja rizika od izvanrednih situacija i povećanja sigurnosti u školama. Vještine snalaženja u takvim situacijama ili tzv. 'životne vještine' ili 'meke vještine' trebale bi se poticati kod djece odnosno učenika od rane dobi.

Projekt „Sigurnije škole i vrtići“ ima za cilj poboljšati znanje i kompetencije djece i odgojno-obrazovnih djelatnika u osnovnim školama i dječjim vrtićima u područjima sigurnosti u školi / vrtiću, smanjenju rizika od izvanrednih situacija, prve pomoći i suočavanja sa stresnim situacijama.

Svaka partnerska zemlja će unutar projekta uspostaviti i izraditi on-line platformu za pripremu djelovanja u izvanrednim situacijama i za pružanje prve pomoći za osnovne škole i vrtiće, omogućujući školama i vrtićima da se certificiraju kao "sigurna škola" / "siguran vrtić" ako su provedene određene aktivnosti. Nadalje, razvit će se trening za ambasadore (volonteri Crvenog križa i odgojno-obrazovni djelatnici koji će školama i vrtićima podržati testiranje modula i aktivnosti) i izraditi europski zagovarački dokument s ključnim preporukama o sigurnosti u školi i vrtiću.

Kao osnovu za on-line platformu, projektni partneri sakupljali su različite alate, aktivnosti i igre koje su sažete u ovom katalogu aktivnosti i materijala koji mogu koristiti i druge škole, vrtići i druge zainteresirane organizacije.

Projekt Sigurnije škole i vrtiće provodi Crveni križ u pet zemalja, uključujući Austriju, Bugarsku, Hrvatsku, Sjevernu Makedoniju i Srbiju. Projekt je sufinanciran iz programa Erasmus + od strane Europske unije i traje od studenog 2018. do listopada 2020. godine.



## O KATALOGU AKTIVNOSTI I MATERIJALA

Ovaj katalog aktivnosti i materijala uključuje opsežnu zbirku alata, aktivnosti, vježbi i igara u područjima pripreme za izvanredne situacije, prve pomoći, psihosocijalne podrške i sigurnosti u školi / vrtiću za djecu u dobi od 3 do 12 godina. Aktivnosti i alati uključeni u katalog uglavnom se temelje na resursima i alatima koje su već koristili projektni partneri kao i nekim drugim međunarodnim alatima. Osim alata i aktivnosti dostupne su i dodatne informacije i upitnici procjene sigurnosti u školi ili vrtiću.

Svaka aktivnost je ukratko opisana, pruža osnovne podatke o ciljanoj skupini aktivnosti (vrtić ili osnovnoškolci, učitelji, ravnatelji ili roditelji), kako izvoditi aktivnost, potreban materijal za provedbu aktivnosti, na kojem jeziku je alat dostupan i poveznicu na alat ili dodatni materijal.

Katalog aktivnosti i materijala je strukturiran na način da su aktivnosti i alati razvrstani po glavnim temama (priprema za izvanredne situacije, prva pomoć, psihosocijalna podrška i sigurnost u školi / vrtiću), a dostupan je engleskom, hrvatskom, njemačkom, bugarskom, srpskom, albanskom i makedonskom jeziku.

### Tko može koristiti ovaj katalog aktivnosti i materijala?

Katalog aktivnosti i materijala pruža jednostavne i gotove alate. Alate i aktivnosti mogu koristiti: odgojno-obrazovni djelatnici u osnovnim školama i vrtićima, ali i predstavnici Hrvatskog Crvenog križa educirani za pojedine teme, voditelji mladih i volontera ili predstavnici drugih organizacija civilnog društva i operativnih snaga aktivnih u područjima pripreme za izvanredne situacije, prve pomoći i psihosocijalne podrške.



## PRIPREMA ZA IZVANREDNE SITUACIJE

### 1. Set2GO

TEMA	Priprema za izvanredne situacije		
NASLOV	Komplet za izvanredne situacije		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X	X Djeca X Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnici/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	X Učenici X Učitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnici/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sudionici će znati imenovati sadržaj kompleta za izvanredne situacije, pripremiti vlastiti komplet te opisati i pojasniti funkcije svakog predmeta u kompletu.</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Voditelj upita sudionika znaju li što se treba nalaziti u kompletu za izvanredne situacije.</li> <li>Voditelj formira 4 grupe. Svaka grupa dobije set kartica iz priloga i veliki papir u obliku torbe.</li> <li>Zadatak je unutar grupe zajedno složiti vlastiti komplet.</li> <li>Svaka grupa odabire predstavnika koji izlaže sadržaj njihovog kompleta.</li> <li>Kad su svi završili, slijedi rasprava tijekom koje voditelj objašnjava zašto su upravo ti predmeti dio kompleta za izvanredne situacije</li> </ul> <p><b>SAVJETI ZA VOĐENJE:</b> Umjesto priloženih ilustracija, voditelj može izabrati prikazati fotografije ili prave predmete koji su dio kompleta.</p>		
PROCJENA VREMENA	45 min		
POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"> <li>Prilog „Komplet za izvanredne situacije” - kartice sa slikama.</li> <li>Prilog „Izvanredne situacije”.</li> <li>Papiri velikog formata izrezani u obliku torbe.</li> </ul>		
IZVOR	Hrvatski Crveni Križ: Str. 188 u priručniku “Odgoj za humanost od malih nogu”		
JEZIK	Hrvatski		



## 2. Napravi plan

TEMA	Priprema za izvanredne situacije		
NASLOV	Podizanje svijesti o komunikaciji u izvanrednim situacijama		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ		<input type="checkbox"/> Djeca <input type="checkbox"/> Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelj
	OSNOVNA ŠKOLA	X	<input checked="" type="checkbox"/> Učenici <input checked="" type="checkbox"/> Učitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelj
CILJEVI I ISHODI	Demonstrirati važnost komunikacije i pripreme za izvanredne situacije.		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Voditelj podijeli sudionike u grupe po četiri ili pet sudionika.</li> <li>• Zadatak je prikazati kako bi izgledala situacija u kojoj sudionici nemaju komunikacijski plan.</li> <li>• Voditelj kaže sudionicima da se slobodno kreću učionicom te da se mogu udaljiti od ostalih članova svoje grupe i da nađu nešto za raditi ili drugu osobu s kojom mogu razgovarati.</li> <li>• Daje im uputu da kada čuju zvuk zvona ili poziv voditelja moraju se okupiti natrag u početne grupe.</li> <li>• Voditelj mjeri vrijeme kako bi mogao zabilježiti koliko je sekundi trebalo da svi pronađu svoje grupe nakon zvuka zvona/poziva.</li> <li>• Zatim se grupe trebaju zajedno dogovoriti oko mjesta susreta u učionici prije nastavka vježbe.</li> <li>• Voditelj im dajte uputu da se ponovo rašire po učionici i počnu raditi nešto što žele, ali da se na zvuk zvona/poziv opet moraju sastati.</li> <li>• Nakon nekoliko minuta voditelj im ponovno zazvoni/pozove ih.</li> <li>• Voditelj izmjeri koliko je sekundi bilo potrebno da se svi članovi grupe nađu na odabranom mjestu susreta.</li> <li>• Voditelj pita sudionike da usporede kako im je bilo okupiti se natrag u grupe oba puta. Kada je bilo lakše, manje kaotično i tiše?</li> </ul>		
PROCJENA VREMENA	30 min		
POTREBNI MATERIJALI	Materijali nisu potrebni		
IZVOR	Austrijski Crveni Križ: Kurikulum za pripremu mladih za izvanredne situacije (Razredi 1-2) – Budi heroj, Ured Državne Sigurnosti, 2013., (str. 17) <a href="https://www.fema.gov/media-library-data/543412ca31bff9997896913115536a10/FEMA_LE_TG_082613_508.pdf">https://www.fema.gov/media-library-data/543412ca31bff9997896913115536a10/FEMA_LE_TG_082613_508.pdf</a> Plan Obiteljske Komunikacije		





	<a href="https://www.fema.gov/media-library-data/a260e5fb242216dc62ae380946806677/FEMA_plan_child_508_071_513.pdf">https://www.fema.gov/media-library-data/a260e5fb242216dc62ae380946806677/FEMA_plan_child_508_071_513.pdf</a>
JEZIK	Engleski



3. Nacrtaj svoj simbol/amblem

TEMA	Priprema za izvanredne situacije		
NASLOV	Upoznavanje s žurnim službama		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	x	x Djeca <input type="checkbox"/> Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelj
	OSNOVNA ŠKOLA	X	X Učenici <input type="checkbox"/> Učitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelj
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>Naučiti identificirati žurne službe, njihove karakteristike i područja djelovanja;</li> <li>Razviti svijest o organizacijama i institucijama koje im mogu pomoći u hitnim slučajevima i izvanrednim situacijama</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<ul style="list-style-type: none"> <li>S ciljem prepoznavanja službi koje djeluju u slučaju nesreće ili izvanrednih situacija voditelj sudionicima opisuje različite vrste zadataka i uloge djelatnika žurnih službi (hitna medicinska pomoć, vatrogasci, policija, jedinstveni broj žurnih službi)</li> <li>Kada sudionici prepoznaju o kojoj žurnoj službi voditelj govori, voditelj zamoli sudionike da od ponuđenih oznaka izabere oznaku upravo te žurne službe te ju stavlja na ploču.</li> <li>Nakon postavljanja oznake, voditelj pita sudionike na koji broj mogu nazvati ovu službu?</li> <li>Voditelj se vodi istim načelima za svaku žurnu službu.</li> <li>Nakon što su sve službe prezentirane, voditelj daje uputu sudionicima da nacrtaju znakove službi čiji bi članovi voljeli u budućnosti postati.</li> </ul> <p>SAVJETI ZA VOĐENJE: Prilikom prikaza znakova svi znakovi ucrtani u krug ili na list papira moraju biti iste veličine kako bi sudionici stekli osjećaj da su sve službe jednako važne u odgovoru na izvanredne situacije.</p>		
PROCJENA VREMENA	25 min		
POTREBNI MATERIJALI	Fotografije ili ilustracije oznaka hitne medicinske pomoći, vatrogasaca, policije i jedinstveni broj žurnih službi, olovke i papiri		
IZVOR	Crveni križ Srbije: Metodološke upute za implementaciju radionica priprema za izvanredne situacije s djecom starosti 9-11 godina – Crveni križ Srbije		
JEZIK	Srpski - Ćirilica		



## PRIPREMA ZA IZVANREDNE SITUACIJE - POPLAVE

### 1. Kišom do poplave

TEMA	Priprema za izvanredne situacije - <i>poplave</i>		
NASLOV	Podizanje svijesti o poplavama		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X	<input checked="" type="checkbox"/> Djeca <input checked="" type="checkbox"/> Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	<input checked="" type="checkbox"/> Učenici <input checked="" type="checkbox"/> Učitelj <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Podići svijest o poplavama</li> <li>• Naučiti sudionike kako se pripremiti za poplave i što činiti tijekom i nakon poplava</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<p>Neka se sudionici pretvaraju da su kišne kapi. Kada tek nekoliko sudionika stoji na jednome mjestu, sve je uredu. Dodajte još sudionika početnoj grupi – odjednom imamo lokvu. Dodajte još sudionika i stvorena je poplava!</p> <p>Voditelj koristi sljedeća pitanja za pokretanje rasprave među sudionicima:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jeste li ikada doživjeli poplavu?</li> <li>• Ako da, kako je izgledalo? Kako ste se osjećali?</li> <li>• Što ste vi i vaša obitelj činili tijekom i nakon poplave?</li> <li>• Može li doći do poplave tamo gdje živite?</li> <li>• Što mislite da uzrokuje poplavu?</li> </ul> <p><u>Kontekst:</u> Do poplava dolazi tijekom obilnih kiša, kada se rijeke izliju, kada valovi mora uđu dublje na kopno, kada se snijeg prebrzo topi ili kada se brane oštete ili sasvim padnu. Ovo je najučestaliji prirodni vremenski događaj. Poplave mogu značiti tek nekoliko centimetara vode do sasvim poplavljene kuće.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Voditelj uzme nisku kantu (15 – 20 centimetara visine). Neki predmeti mogu se odložiti na dnu poput kamenja koji će potonuti i nekih igračaka koje će plutati.</li> <li>• Voditelj sudionicima daje uputu da zamisle da se u kanti nalazi malo naseljeno mjesto kao da je dno 3D karta mjesta. Sporo ulijevajući vodu, ispuni kantu vodom.</li> <li>• Voditelj objašnjava da ako kiša sporo pada kao voda u kantu, ona se izlije u ulične kanale ili u zemlju i nestane. No, kada kiša nema kamo ići ili prebrzo i previše pada, ona poplavi mjesto. Voditelj izlije vodu brže i više radi boljeg prikaza.</li> </ul>		



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sudionici sjede na podu do svojih stolaca. Voditelj im daje uputu da zamisle da je došlo do poplave i voda polako prekriva pod. <i>Što misle da bi trebali napraviti? Sada, neka se ustanu i sjednu na svoje stolce. Hoće li ih voda te razine dostići sada?</i> Voditelj im objasni kako je odlazak na više katove u kući ili zgradi siguran postupak u slučaju poplave.</li> </ul>
PROCJENA VREMENA	1-2h
POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kanta za vodu</li> <li>• Mali predmeti poput kamenčića, autića, brodića...</li> <li>• Voda</li> </ul>
IZVOR	<p>Austrijski Crveni Križ:</p> <p>Kurikulum za pripremu mladih za izvanredne situacije (Razredi 1-2) – Budi heroj, Ured Državne Sigurnosti, 2013., <a href="https://www.fema.gov/media-library-data/543412ca31bff9997896913115536a10/FEMA_LE_TG_082613_508.pdf">https://www.fema.gov/media-library-data/543412ca31bff9997896913115536a10/FEMA_LE_TG_082613_508.pdf</a></p> <p>Radni list o poplavama  <a href="https://www.fema.gov/media-library-data/79a92f5fc479dde04d507673ae7772e1/FEMA_FS_flood_508_8-15-13.pdf">https://www.fema.gov/media-library-data/79a92f5fc479dde04d507673ae7772e1/FEMA_FS_flood_508_8-15-13.pdf</a></p> <p>Dodatni izvori: (dostupni na engleskom, njemačkom i rumunjskom jeziku)  <a href="http://yaps.online/wp-content/uploads/2018/01/Pitschnass_Web_EN.pdf">http://yaps.online/wp-content/uploads/2018/01/Pitschnass_Web_EN.pdf</a>  <a href="http://yaps.online/wp-content/uploads/2018/01/Pitschnass_Web_EN_Komm.pdf">http://yaps.online/wp-content/uploads/2018/01/Pitschnass_Web_EN_Komm.pdf</a></p>
JEZIK	Engleski, Njemački i Rumunjski



## PRIPREMA ZA IZVANREDNE SITUACIJE – POTRESI

### 1. Sigurno mjesto u vrtiću / školi

TEMA	Priprema za izvanredne situacije - <i>potresi</i>		
NASLOV	Pripreme za potres		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X	X Djeca <input type="checkbox"/> Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	X Učenici <input type="checkbox"/> Učitelj <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sudionici će moći prepoznati sigurna mjesta unutra i znati kako se ponašati tijekom potresa</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Voditelj pita sudionike da naprave što oni misle da je ispravno u slučaju potresa kada čuju pljesak rukama i uzvik „Potres!“</li> <li>• Nakon toga, slijedi rasprava o tome što je potres, kada dolazi do potresa i što trebamo tada učiniti.</li> <li>• Voditelj objasni sigurnosni postupak i prikaže ga.</li> <li>• Slijedi praktična vježba u kojoj voditelj uputi sudionike da stanu u sigurnosni položaj koji su maloprije vidjeli kada čuju pljesak rukama i uzvik „Potres!“</li> <li>• Nakon toga, slijedi rasprava o sigurnom postupku.</li> <li>• Nakon vježbe, sudionicima je ponuđeno da nacrtaju što su radili u vježbi ili da oboje radni listić da nauče više i zapamte sigurnosni postupak.</li> </ul>		
PROcjENA VREMENA	30 min		
POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prazni papiri</li> <li>• Olovke i bojice</li> </ul>		
IZVOR	Hrvatski Crveni Križ: Stranica 172 priručnika “Odgoj za humanost od malih nogu“		
JEZIK	Hrvatski		



2. Sagni se, prekrij i drži za...

TEMA	Priprema za izvanredne situacije - <i>potresi</i>		
NASLOV	Sigurnosni postupak u slučaju potresa		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X	X Djeca <input type="checkbox"/> Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	X Učenici <input type="checkbox"/> Učitelj <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sudionici će znati što treba napraviti tijekom potresa</li> <li>• Sudionici će povezati ponuđene kartice s praznim mjestima u rečenici</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Voditelj podijeli kartice iz priloga str 74.s ilustracijama stola, noge stola i lica.</li> <li>• Kasnije, voditelj čita tekst iz priloga. Čim stane, sudionici trebaju nastaviti rečenicu držeći karticu s odgovarajućim crtežom u zraku.</li> <li>• Voditelj zatim pročita tekst još jednom i zamoli sudionike da kažu naglas svi u isto vrijeme predmet koji je nedostajao.</li> </ul> <p>SAVJETI ZA VOĐENJE: Prije početka radionice, potrebno je pripremiti dovoljan broj kartica. Svakom sudioniku su potrebne tri kartice.</p>		
PROCJENA VREMENA	15 min		
POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kartice s ilustracijama stola, noge stola i lica.</li> </ul>		
IZVOR	Hrvatski Crveni Križ: Stranica 176 priručnika “Odgoj za humanost od malih nogu“		
JEZIK	Hrvatski		



### 3. Sigurno mjesto kada ste vani

TEMA	Priprema za izvanredne situacije - <i>potresi</i>		
NASLOV	Pripreme za potres		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X	X Djeca <input type="checkbox"/> Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	X Učenici <input type="checkbox"/> Učitelj <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sudionici će moći prepoznati sigurna mjesta vani u slučaju potresa i moguće prepreke na putu do tog mjesta te napraviti oznaku za sigurno mjesto i postaviti je u dvorištu</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Voditelj sudionike uvodi u temu kroz razgovor o potresu pokazujući sudionicima prikladni multimedijски materijal na temu potresa. Također, kao uvod u temu voditelji na pedagoški prihvatljivi način mogu koristiti i predloženi radni list „Sigurno mjesto kada ste vani“.</li> <li>Voditelj sudionicima najavljuje da će tijekom dnevnog boravka na svježem zraku izvesti vježbu na temu potresa i sigurnog mjesta kada se nalaze vani.</li> <li>Kada voditelj vikne „Potres!“ svi moraju stati na mjesto za koje misle da je najsigurnije.</li> <li>Nakon vježbe slijedi rasprava o tome što su djeca napravila i kako su reagirala.</li> <li>Nakon što su tijekom rasprave osvijestili koje je sigurno mjesto, voditelj zamoli sudionike da ponove vježbu.</li> <li>Nakon vježbe sudionici imaju mogućnost izraditi zajedničku oznaku koju će postaviti na sigurno mjesto vani.</li> </ul>		
PROCJENA VREMENA	45 min		
POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"> <li>“Što činiti tijekom potresa” prilog.</li> <li>“Sigurno mjesto vani” radni list.</li> <li>Fotografije i multimedijalni materijal povezan s temom.</li> <li>Didaktički neoblikovani materijal.</li> <li>Pastele, flomasteri, škare, ljepilo.</li> </ul>		
IZVOR	Hrvatski Crveni Križ: Stranica 182 priručnika “Odgoj za humanost od malih nogu”		
JEZIK	Hrvatski		



4. 1, 2, 3, potres!

TEMA	Priprema za izvanredne situacije - <i>potresi</i>		
NASLOV	Demonstriranje sigurnog položaja u slučaju potresa		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X	X Djeca <input type="checkbox"/> Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	X Učenici <input type="checkbox"/> Učitelj <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sudionici će identificirati, procijeniti, prepoznati i izabrati sigurna mjesta u vrtiću u slučaju potresa i demonstrirati sigurne položaje tijekom potresa</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sudionici imaju zadatak prikazati kako bi reagirala u slučaju potresa.</li> <li>• Voditelj pokazuje sudionicima siguran položaj.</li> <li>• Nakon što voditelj vikne „Potres!”, sudionici moraju stati u siguran položaj.</li> <li>• Nakon toga slijedi rasprava u kojoj voditelj sudionicima objašnjava poželjno ponašanje u slučaju potresa.</li> <li>• Nakon rasprave voditelj u sobi s sudionicima crvenim krugovima obilježava mjesta na koja je opasno stati tijekom potresa, a zelenom bojom mjesta na koja je najsigurnije stati.</li> <li>• Slijedi kratak zaključak o tome gdje je u sobi najsigurnije stati u slučaju potresa.</li> </ul>		
PROCJENA VREMENA	45 min		
POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crveni i zeleni krugovi (izrešci papira)</li> </ul>		
IZVOR	Hrvatski Crveni Križ: Stranica 186 priručnika “Odgoj za humanost od malih nogu”		
JEZIK	Hrvatski		





## 5. Tektonske kretnje

TEMA	Priprema za izvanredne situacije - <i>potresi</i>		
NASLOV	Podizanje pripravnosti za potrese		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ		<input type="checkbox"/> Djeca <input type="checkbox"/> Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	<input checked="" type="checkbox"/> Učenici <input type="checkbox"/> Učitelj <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<p>Cilj ove radionice je educirati sudionike o potresima i kako se zaštititi u slučaju jednog.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sudionici će steći znanje o uzroku potresa i vještine za zaštitu tijekom potresa</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Voditelj koristi model, knjigu ili same sudionike u demonstraciji kretanja tektonskih ploča. Voditelj objašnjava sudionicima da postoje tri tipa kretanja (kada se kreću jedna kraj druge, razdvajaju ili sudaraju).</li> <li>Voditelj objašnjava sudionicima što se događa kada se ploče sudaraju.</li> <li>Voditelj objašnjava da ovaj tip kretanja uzrokuje potrese i da se sudionici moraju skloniti na sigurno mjesto (voditelj objašnjava kako se zaštititi ispod školskog stola ili klupe).</li> <li>Voditelj zatim uputi sudionike da potraže i identificiraju u okolini potencijalne opasnosti tijekom potresa koje bi ih mogle ozlijediti u slučaju potresa.</li> </ul> <p>SAVJETI ZA VOĐENJE: Voditelj pojasni sudionicima da obrate pozornost na slike, panele, lustere, staklo na ormarima ... Objekte koji bi trebali biti dodatno osigurani za zid (slike, lusteri, ploče) te teže i staklene predmete na nižim policama.</p>		
PROCJENA VREMENA	20 min		
POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"> <li>Model tektonskih ploča / knjiga ...</li> </ul>		
IZVOR	Srpski Crveni Križ: Metodološke upute za implementaciju radionica priprema za izvanredne situacije s djecom starosti 9-11 godina – Crveni križ Srbije		
JEZIK	Srpski - Ćirilica		



## PRIPREMA ZA IZVANREDNE SITUACIJE – EKSTREMNI VREMENSKI UVJETI

### 1. Zzzzzima

TEMA	Priprema za izvanredne situacije – <i>ekstremni vremenski uvjeti</i>		
NASLOV	Ponašanje i oblačenje pri niskim temperaturama		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X	X Djeca <input type="checkbox"/> Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	X Učenici <input type="checkbox"/> Učitelj <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	Djeca će prihvatiti sigurne načine ponašanja tijekom izloženosti niskim temperaturama.		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Voditelj sudionicima podijeli papire.</li> <li>• Sudionici imaju zadatak nacrtati dječaka ili djevojčicu kako se igra na snijegu.</li> <li>• Nakon što svi završe, voditelj zamoli sudionike da jedni drugima pokažu svoje crteže.</li> <li>• Slijedi rasprava o tome što su sudionici nacrtali, jesu li prikladno obukli dječaka ili djevojčicu na crtežu.</li> </ul>		
PROCJENA VREMENA	25 min		
POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papiri A4.</li> <li>• Drvene bojice.</li> <li>• Olovke.</li> </ul>		
IZVOR	Hrvatski Crveni Križ: Stranica 128. priručnika "Odgoj za humanost od malih nogu"		
JEZIK	Hrvatski		



## 2. Ljetna vrućina

TEMA	Priprema za izvanredne situacije – <i>ekstremni vremenski uvjeti</i>		
NASLOV	Ponašanje i oblačenje pri visokim temperaturama		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X	X Djeca <input type="checkbox"/> Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	X Učenici <input type="checkbox"/> Učitelj <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	Sudionici će prihvatiti sigurne načine ponašanja i oblačenja tijekom izloženosti visokim temperaturama.		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<p>Voditelj sudionicima podijeli prazne papire i zamoli ih da nacrtaju sebe kako se igraju na dvorištu vrtića/škole tijekom velikih vrućina.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Voditelj navodi sudionike da razmišljaju o igri u hladu i pokreće kratku raspravu o tome što sve može stvoriti hlad, ispod čega se možemo skloniti da nam ne bude vruće te što sve nose od odjeće i obuće tijekom ljetnih vrućina.</li> <li>• Nakon što svi završe, voditelj zamoli sudionike da jedni drugima pokažu svoje crteže.</li> <li>• Slijedi rasprava o tome što su sudionici nacrtali, jesu li prikladno obukli dječaka/djevojčicu na crtežu.</li> <li>• Voditelj potom izvodi sudionike na dvorište vrtića/škole i zamoli ih da izaberu mjesto gdje se mogu igrati za vrijeme visokih temperatura.</li> <li>• Potom im ponudi didaktički neoblikovani materijal kako bi izradili vlastiti suncobran.</li> <li>• Slijedi rasprava o sigurnim načinima ponašanja tijekom izloženosti visokim temperaturama</li> </ul>		
PROCJENA VREMENA	45 min		
POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papiri A4.</li> <li>• Drvene bojice.</li> <li>• Olovke.</li> <li>• Didaktički neoblikovani materijal.</li> </ul>		
IZVOR	Hrvatski Crveni Križ: Stranica 130. priručnika “Odgoj za humanost od malih nogu“		
JEZIK	Hrvatski		



### 3. Vremenska prognoza

TEMA	Priprema za izvanredne situacije – <i>ekstremni vremenski uvjeti</i>		
NASLOV	Ponašanje i oblačenje ovisno o vremenskim uvjetima		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X	X Djeca <input type="checkbox"/> Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	X Učenici <input type="checkbox"/> Učitelj <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	Sudionici će analizirati predloženi radni list i razumjeti kako se obući i što raditi ovisno o vremenskim uvjetima.		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Voditelj sudionicima podijeli radne listove „Vremenska prognoza“.</li> <li>• Sudionici ispunjavaju radne listove spajajući odgovarajuće pojmove s ponuđenim slikama.</li> <li>• Voditelj objašnjava sudionicima da moraju s ponuđenim vremenskim uvjetima spojiti odgovarajuće stvari na crtežima.</li> <li>• Nakon izvršavanja zadatka slijedi rasprava o važnosti usklađivanja ponašanja i odjeće s vremenskim uvjetima.</li> <li>• Za nagradu, sudionicima možete dati da oboje radni list do kraja.</li> </ul>		
PROCJENA VREMENA	25 min		
POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prilog - radni list „Vremenska prognoza“.</li> <li>• Drvene bojice.</li> <li>• Olovke.</li> </ul>		
IZVOR	Hrvatski Crveni Križ: Stranica 132. priručnika “Odgoj za humanost od malih nogu“		
JEZIK	Hrvatski		



## PRIPREMA ZA IZVANREDNE SITUACIJE - KLIMATSKE PROMJENE

### 1. Zaštitimo svijet

TEMA	Priprema za izvanredne situacije – <i>klimatske promjene</i>		
NASLOV	Podizanje pripravnosti za klimatske promjene		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X	X Djeca <input type="checkbox"/> Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	X Učenici <input type="checkbox"/> Učitelj <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Podići svijest o ozbiljnosti klimatskih promjena.</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<p>U uvodnom dijelu aktivnosti, voditelj postavlja pitanja sudionicima:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Znete li što su klimatske promjene?</li> <li>• Što uzrokuje klimatske promjene?</li> </ul> <p>Voditelj objašnjava sudionicima da je naš planet jednom davno bio sretan i pun zelenila. U jednom su trenutku ljudi prestali brinuti o planetu – nisu pazili gdje bacaju smeće, rušili su i sjekli stabla koja su pluća našeg planeta da bi sagradili tvornice iz kojih su počeli izlaziti štetni plinovi itd. Kao rezultat svega, imamo kisele kiše pa je Zemlja postala tužna, bolesna i ljuta s vremenom. Kada Zemlja plače, imamo poplave, kada je bolesna, temperatura joj raste, a kada je ljuta, imamo potrese i odrone zemlje. Zato je nužno da se svi zajedno riješimo tih štetnih stvari i nasmijemo ponovo naš planet da bude sretan.</p> <p>Voditelj drži/pokaže balon (globus) i objasni sudionicima da je to planet njihovog razreda i da je potrebno očistiti ga od loših utjecaja – napisanih na papiru.</p> <p>Voditelj objasni da će štetni utjecaji biti riješeni tako što kada voditelj pročita jedan s popisa, sudionici moraju objasniti zašto je štetan i dati primjer kako ga možemo eliminirati ili smanjiti.</p> <p>Rješavanjem svakog utjecaja, otkriva se dio svijeta tako što je 'očišćen'. Otkrivanje cijeloga globusa znači sasvim čisti planet.</p> <p>Voditelj upita sudionika razumiju li pravila igre i jesu li spremni započeti. Voditelj izvuče prvi papir i pročita sljedeći pojam:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Drvosječa.</li> <li>• Suše</li> </ul>		



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Korištene limenke i plastične vrećice</li> <li>• Globalno zatopljenje</li> <li>• Vožnja auti</li> <li>• Šumski požari</li> <li>• UV zračenje</li> <li>• Ozonske rupe</li> <li>• Industrija</li> </ul> <p>Voditelj nakon svakog pojma pita zašto je on loš i kako utječe na klimatske promjene, kako štetu koju uzrokuje pojam možemo prevenirati ili umanjiti.</p> <p>Voditelj na kraju objasni sudionicima da su uspješno riješili sve uzroke oštećenja našeg planeta i da se trebaju nastaviti truditi i raditi jednako prema našoj Zemlji tako da ju spasimo od daljnje destrukcije.</p> <p>Vježbu je potrebno prilagoditi djeci predškolske dobi na način da voditelj čita pojmove poznate djeci tj. pojmove primjerene dobi djece.</p>
PROCJENA VREMENA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 15 min</li> </ul>
POTREBNI MATERIJALI	Globus ili bijeli balon s iscrtanim kontinentima, papiri s terminima povezanim uz klimatske promjene.
IZVOR	Srpski Crveni Križ: Metodološke upute za implementaciju radionica priprema za izvanredne situacije s djecom starosti 9-11 godina – Crveni križ Srbije
JEZIK	Srpski - Ćirilica









## PRVA POMOĆ

### 1. Opasnost kod kuće

TEMA	Prva pomoć				
NASLOV	Preventivne mjere od opasnosti u kući				
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X	X Djeca X Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji		
	OSNOVNA ŠKOLA	X	X Učenici X Učitelj <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji		
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>osvijestiti djecu i odrasle o opasnostima u domaćinstvu te ukazati na mjere prevencije i postupke prve pomoći</li> </ul>				
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<p>Pripremiti nacrt kuće sa vidljivim različitim prostorijama i 7 simbola nacrtanih za rezanje. Svi sudionici moraju imati sve materijale.. Kuća ima različite prostorije i u njoj se događaju različite situacije. Započnite s jednostavnim pitanjem: "Po vašem mišljenju, gdje se nesreće događaju češće, kod kuće ili vani?" Odgovor je kuća jer, prema statistikama, ima više ozlijeđenih ljudi zbog nesreća u domaćinstvu nego na cesti.</p> <p>Zatim pokažite kartu kuće i predstavite različite simbole, sudionici moraju spojiti simbole sa svakom prostorijom uz dodatna objašnjenja i razgovor o mogućim ozljedama.</p> <p>Svaki sudionik postavlja simbole u prostoriju u kojoj je identificirana opasnost /ozljeda. Slijedi analiza crteža i rasprava.</p> <p>Varijante:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Prije postavljanja simbola, sudionici mogu opisati opasne situacije prema zadanim prostorijama</li> <li>Moguće je odrediti vremensko ograničenje</li> <li>Igre pantomime ili mimike vezane uz situacije ili prostorije</li> </ul> <p>Piktogrami predstavljaju:</p> <table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 70%;">           Krvarenje            Opekline            Ozljeda glave, fraktura            Nesvijest         </td> <td style="width: 30%; text-align: center;"> </td> </tr> </table>			Krvarenje Opekline Ozljeda glave, fraktura Nesvijest	
Krvarenje Opekline Ozljeda glave, fraktura Nesvijest					



	<p>Trovanje, Intoksikacija drogama Električni udar Utapanje</p>	     	
PROCJENA VREMENA	<p>Napomena: potrebno je pripremiti jednostavniju verziju kuće i piktograma za sudionike predškolske dobi. Sudionici umjesto korištenja piktograma mogu nacrtati i obojati opasnosti u kući</p>		
POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pripremiti: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Nacrt kuće</li> <li>○ 7 izrezanih piktograma (napraviti više setova tako da bi svi sudionici imali po jedan)</li> </ul> </li> <li>• Škare</li> </ul>		
IZVOR	Hrvatski Crveni Križ		
JEZIK	Engleski		





## 2. Smiješ se igrati, ne diraj

TEMA	Prva pomoć		
NASLOV	Podizanje svijesti o svakodnevnim potencijalnim opasnostima		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X	X Djeca <input type="checkbox"/> Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	X Učenici <input type="checkbox"/> Učitelj <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sudionici će znati nabrojati opasne predmete</li> <li>• Osvijestiti potencijalne rizike u svakodnevnom okruženju</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Voditelj sudionicima podijeli oznake „Ne diraj“ i „Smiješ se igrati“.</li> <li>• Voditelj sudionicima pokazuje predmete ili slike različitih predmeta koji jesu ili nisu opasni.</li> <li>• Kada voditelj pokaže potencijalno opasan predmet sudionici moraju podići oznaku i reći „Ne diraj“, a kada voditelj pokaže bezopasan predmet sudionici moraju podignuti oznaku i reći „Smiješ se igrati“.</li> <li>• Nakon što pokaže sve crteže/predmete, slijedi rasprava o tome kako je potrebno postupiti u slučaju kontakta s predmetima koji predstavljaju opasnost.</li> </ul> <p>SAVJET ZA VOĐENJE: Izaberite predmete koji potiču raspravu kao npr. papir (koji nije opasan, ali ipak postoji mogućnost da se porežete na njega). Tijekom rasprave bitno je naglasiti kako i potencijalno bezopasni predmeti mogu biti/postati opasni. Objasnite sudionicima da su neki od opasnih predmeta nužni za život (npr. nož), ali da ne bi trebali biti dostupni djeci bez nadzora odrasle osobe.</p>		
PROJENA VREMENA	45 min		
POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Znak „Možete se igrati“</li> <li>• Znak „Ne diraj“</li> </ul>		
IZVOR	<p>Hrvatski Crveni Križ: First aid and Children: Resource Guide, IFRC <a href="https://gadrrres.net/resources/first-aid-and-children-resource-guide">https://gadrrres.net/resources/first-aid-and-children-resource-guide</a> Prilagođeno u priručniku „Odgoj za humanost od malih nogu“, Hrvatski Crveni Križ, Stranica 154</p>		
JEZIK	Engleski i Hrvatski		



### 3. Prva pomoć, upomoć!

TEMA	Prva pomoć		
NASLOV	Prva pomoć u predloženim problemskim situacijama		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X	X Djeca X Odgojitelji Ravnatelj Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	X Učenici X Učitelj Ravnatelj Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sudionici izvode i promatraju predložene situacije i nude odgovarajuće postupke prve pomoći.</li> <li>Sudionici će zapamtiti postupke pružanja prve pomoći u predloženim problemskim situacijama.</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Voditelj sudionike podijeli u 4 grupe i svakoj grupi dodijeli jednu situaciju.</li> <li>Voditelj sudionicima pojašnjava situacije s kartica.</li> <li>Voditelj sudionicima kaže da smisle kako je do te situacije došlo, ali i da odglume što bi napravili u prikazanoj situaciji.</li> <li>Nakon svake prezentacije slijedi rasprava što je najbolje napraviti.</li> </ul> <p>SAVJET ZA VOĐENJE: Ako nema dovoljno sudionika za četiri grupe, jedna grupa može odglumiti dvije ozljede.</p>		
PROCJENA VREMENA	30 min		
POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"> <li>Papirnate kartice sa situacijama prve pomoći: Osoba kojoj krvari nos, osoba koja je udarena, osoba s porezotinom, osoba sa slomljenom nogom ili rukom.</li> <li>“Upute za prvu pomoć” prilog.</li> </ul>		
IZVOR	Hrvatski Crveni Križ: Stranica 156. priručnika “Odgoj za humanost od malih nogu”		
JEZIK	Hrvatski		



## 4. Važno je znati

TEMA	Prva pomoć		
NASLOV	Broj žurnih službi		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X	X Djeca Odgojitelji Ravnatelj Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	X Učenici Učitelj Ravnatelj Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>Djeca će znati prepoznati i zapamtiti broj žurnih službi.</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Voditelj objašnjava sudionicima da postoji jedan važan broj 112.</li> <li>Slijedi rasprava o tome zašto je važno znati broj žurnih službi i u kojim se situacijama taj broj zove.</li> <li>Voditelj predlaže da zajedno osmisle nastavak pjesmice kako bi zapamtili broj 112.</li> <li>Voditelj zajedno sa sudionicima zapisuje prijedloge na papir velikog formata.</li> <li>Nakon što su osmislili pjesmu, zajedno ju nekoliko puta otpjevaju.</li> <li>Za utvrđivanje gradiva i završetak aktivnosti, na pedagoški prihvatljiv način koristiti ponuđeni radni list „112 svuda oko nas“ u kojemu sudionici imaju zadatak na ponuđenom crtežu naći što više brojeva 112.</li> </ul>		
PROCJENA VREMENA	30 min		
POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"> <li>Prilog „Pjesma 112“.</li> <li>Prilog „112 svuda oko nas“.</li> </ul>		
IZVOR	Hrvatski Crveni Križ: Stranica broj 98 priručnika “Odgoj za humanost od malih nogu“		
JEZIK	Hrvatski		



## 5. Prva pomoć za djecu

TEMA	Prva pomoć		
NASLOV	Radionice prve pomoći za učitelje/odgojitelje		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	x x x	Djeca Odgojitelji Ravnatelj Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	x x x	Učenici Učitelj Ravnatelj Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Znati kako se ponašati u izvanrednim situacijama</li> <li>• Naučiti osnovne postupke pružanja prve pomoći</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Radionice pružanja prve pomoći</li> </ul> <p>Napomena: ukoliko je potrebno, za izvođenje predložene aktivnosti kontaktirajte Gradska društva Crvenog križa s područja Vaše škole / vrtića kako bi volonteri održali radionice</p>		
PROCJENA VREMENA	Po dogovoru		
POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Priručnik „Pružanje prve pomoći - priručnik za vozače i sve sudionike u prometu“; u izdanju Hrvatskog Crvenog križa 2018. godine.</li> <li>• Materijali prve pomoći, lutka za izvođenje postupaka prve pomoći</li> </ul>		
IZVOR	Hrvatski Crveni križ		
JEZIK	Hrvatski		



## 6. Pomozi plišanome medu

TEMA	Prva pomoć		
NASLOV	Podizanje svijesti o prvoj pomoći		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X	Djeca Odgojitelji Ravnatelj Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	Učenici Učitelj Ravnatelj Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>Razumjeti važnost prve pomoći od malih nogu</li> <li>Uvod u temelje prve pomoći</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Voditelj pokazuje osnovne postupke prve pomoći primjerene za sudionike: krvarenje iz nosa, saniranje opekline, porezotina i ogrebotina</li> <li>Sudionici ponavljaju postupke prve pomoći koristeći plišanog medu</li> </ul> <p>Napomena: ukoliko je potrebno, za izvođenje predložene aktivnosti kontaktirajte Gradska društva Crvenog križa s područja Vaše škole / vrtića kako bi volonteri održali radionice.</p> <p>Veliku grupu sudionika potrebno je podijeliti u manje grupe od 7-8 sudionika. Za kvalitetno izvođenje aktivnosti organizirajte dovoljan broj volontera.</p>		
PROcjENA VREMENA	35 min		
POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"> <li>Plišani medu (ovisi o broju sudionika)</li> <li>Set za pružanje prve pomoći – materijali za zamatanje (gaze, flasteri, rukavice)</li> </ul>		
IZVOR	Makedonski Crveni Križ: First aid manual- Revised 10 <sup>th</sup> edition British Red Cross, St.Andrew's First Aid, St.Jonh Ambulance, translated on macedonian language <a href="https://giftshop.redcross.org.uk/product/first-aid-manual-10th-edition">https://giftshop.redcross.org.uk/product/first-aid-manual-10th-edition</a> Working group: Biljana Josifoska, Adila Ramicevikj, Dimce Milanov, Aleksandra Servini		
JEZIK	Engleski, Makedonski		



## SIGURNOST U ŠKOLI / VRTIĆU

### 1. Makni se od tamo!

TEMA	Sigurnost u školi/vrtiću		
NASLOV	Podizanje svijesti i razumijevanja o ranjivim grupama u izvanrednim situacijama		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ		<input type="checkbox"/> Djeca <input type="checkbox"/> Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	<input checked="" type="checkbox"/> Učenici <input checked="" type="checkbox"/> Učitelj <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sudionici će biti svjesni i razumjeti poteškoće i izazove s kojima se ranjive skupine i ljudi s invaliditetom suočavaju svakoga dana, a pogotovo u izvanrednim situacijama.</li> <li>• Sudionici će razviti empatiju i postići bolji uvid u osjećaje i potrebe ranjivih grupa.</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sudionici su podijeljeni u dvije grupe.</li> <li>• U jednoj grupi svi su sudionici zavezanih očiju, te polovici od njih nije dozvoljeno govoriti.</li> <li>• Kroz simulaciju izvanredne situacije (npr. požar, potres, itd. ), sudionici moraju pronaći put do izlaza u najkraćem moguće roku.</li> <li>• Nakon razgovora o procesu evakuacije, sudionici dvije grupe zamijene uloge i prođu ponovo kroz istu ili sličnu simulaciju.</li> <li>• Na kraju, uspoređuju rezultate obje simulacije i razgovaraju o svojoj osviještenosti i razumijevanju osjećaja i potreba ljudi koji žive s invaliditetom i kako empatija može pomoći u promjeni nečijeg stava, vrijednosti i ponašanja.</li> </ul> <p>SAVJET ZA VOĐENJE:          Najbolje je da simulacija ne traje predugo. Definirajte optimalno trajanje evakuacije prema svojim ciljevima i vremenskom okviru, također uzimajući u obzir i veličinu grupe i brzinu s kojom savladavaju svaki korak vježbe.</p> <p>Uzmite u obzir da se možda neki sudionici neće osjećati ugodno što se tiče fizičke prisnosti tijekom vježbe dok su im oči zatvorene. Također je</p>		



	moguće da se nečije emocije pojačaju ili neočekivano pojave zbog nekih sjećanja prijašnjih iskustava.
PROCJENA VREMENA	60 min
POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Karton ili papir</li> <li>• Povezi za oči za pola sudionika</li> <li>• Zviždaljka ili zvono</li> <li>• Traka ili konop</li> <li>• Papir velikih dimenzija ili ploča</li> <li>• Marker ili kreda</li> </ul>
IZVOR	Bugarski Crveni Križ: YABC Toolkit Youth as agents of behavioural change, International Federation of Red cross and Red Crescent Societies
JEZIK	Engleski



## 2. Svi za jednog, jedan za sve

TEMA	Sigurnost u školi/vrtiću		
NASLOV	Podizanje pripravnosti za evakuaciju u slučaju opasnosti u školi i vrtiću		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	x	x Djeca <input type="checkbox"/> Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	x Učenici <input type="checkbox"/> Učitelj <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<p>Razviti znanje i vještine vezane za evakuaciju u hitnom slučaju u školi/vrtiću</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sudionici će steći znanje o slučajevima u kojima je evakuacija potrebna.</li> <li>• Sudionici će steći vještine evakuacije u skladu sa evakuacijskim planom.</li> <li>• Sudionici će razviti stavove o svojim ulogama i potrebama za savjesno ponašanje u hitnim situacijama u školi/vrtiću.</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Voditelj poziva sudionike da stanu u red s vanjske strane njihovih klupa. Zatim se trebaju stati u kolonu po dvoje od najnižih do najviših. Voditelj im poruči da dobro zapamte svoj par i gdje su se nalazili u koloni. Svaki sudionik prati da je u blizini svog partnera tijekom evakuacije. Voditelj objasni da u slučaju da izgubi svoga partnera, svaki sudionik to mora prijaviti učitelju.</li> <li>• Voditelj objasni sudionicima da je mjesto sastanka prije evakuacije zid uz vrata od učionice s unutarne strane. Čim je kolona formirana, sudionici trebaju biti tiho i pratiti svog učitelja.</li> <li>• Voditelj pojasni učitelju da je bitno pratiti evakuacijski plan koji je smješten u učionici ili izvan nje.</li> <li>• Kao što je definirano planom, u koloni i tišini, svi zajedno se kreću prema mjestu sastanka izvan škole.</li> <li>• Nakon uspješne evakuacije, voditelj čestita sudionicima na dobro izvršenom zadatku.</li> <li>• Voditelj objasni sudionicima da se vrate u učionicu na isti način.</li> <li>• Nakon povratka u učionicu, voditelj pojašnjava sudionicima što su dobro izveli, a što ne.</li> </ul>		





	<p>SAVJET ZA VOĐENJE: Vježba se može provesti samo uz odobrenje učitelja i u skladu s evakuacijskim planovima škole. Aktivnost se treba provoditi u tišini i bez glume.</p> <p>Upute za izvođenje aktivnosti potrebno je prilagoditi prostoru vrtića.</p>
PROCJENA VREMENA	20 min.
POTREBNI MATERIJALI	-
IZVOR	Srpski Crveni Križ: Metodološke upute za implementaciju radionica priprema za izvanredne situacije s djecom starosti 9-11 godina – Crveni križ Srbije
JEZIK	Srpski - Ćirilica



## 3. Mapiranje škole i zajednice

TEMA	Sigurnost u školi/vrtiću		
NASLOV	Identificiranje sigurnih mjesta u hitnom slučaju		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X	<input type="checkbox"/> Djeca <input type="checkbox"/> Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	<input checked="" type="checkbox"/> Učenici <input checked="" type="checkbox"/> Učitelj <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>Naučiti sigurna mjesta unutar škole/vrtića</li> <li>Sudionici mogu naći sigurna mjesta unutar škole/vrtića</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sudionici su podijeljeni u manje grupe</li> <li>Zadatak je nacrtati školu i sigurna mjesta (uključujući izlaze) i centre hitnih službi u blizini škola / vrtića</li> <li>Ako moguće, sudionici bi trebali posjetiti ta mjesta</li> </ul>		
PROCJENA VREMENA	45 min		
POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"> <li>Veliki papri</li> <li>Pastele</li> </ul>		
IZVOR	Hrvatski Crveni Križ: Prilagođeno iz: Our community, Workshop 3, IFRC Reference Centre for Psychosocial Support, Facilitator handbook 1: Getting Started <a href="http://pscentre.org/wp-content/uploads/2017/12/Facilitator-handbook-1.pdf">http://pscentre.org/wp-content/uploads/2017/12/Facilitator-handbook-1.pdf</a> , Stranica 52 -56		
JEZIK	Engleski		



## 4. Električni uređaji

TEMA	Sigurnost u školi/vrtiću		
NASLOV	Podizanje svijesti o sigurnosti u školi/vrtiću u slučaju požara		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X	Djeca Odgojitelji Ravnatelj Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	Učenici Učitelj Ravnatelj Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Označiti izvore vatre i potencijalnih rizika od požara doma</li> <li>• Označiti potencijalne rizične točke za požar</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Voditelj objašnjava sudionicima što je požar, kako može do njega doći, koji su potencijalni rizici od požara u školi/vrtiću</li> <li>• Kasnije, sudionicima dijeli naprijed pripremljene nacрте različitih domova, a oni moraju označiti narančastom pastelom mjesta potencijalnog požara</li> </ul>		
PROCJENA VREMENA	30 min		
POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Slike s nacrtima kuća</li> <li>• Pastele</li> </ul>		
IZVOR	Makedonski Crveni Križ: „Manual for protection and self-protection in case of natural disasters and other emergencies - for working with children aged 4 to 6 years“, Stranica 16		
JEZIK	Makedonski		



## 5. Označavanje izlaznih vrata

TEMA	Sigurnost u školi/vrtiću		
NASLOV	Podizanje svijesti o sigurnosti u školi/vrtiću		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X	Djeca
		X	Odgojitelji
		X	Ravnatelj
		X	Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	Učenici
		X	Učitelj
		X	Ravnatelj
		X	Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sudionici će znati prepoznati i označiti mjesta izlaza</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Podijelite mape škola/vrtića i uputite sudionike da označe sva vrata i oznake izlaza gdje znaju ili misle da jesu.</li> </ul>		
PROCJENA VREMENA	20 min		
POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"> <li>naljepnice</li> <li>bojice</li> <li>kopije karte škola/vrtića</li> </ul>		
IZVOR	Makedonski Crveni Križ: „Manual for protection and self-protection in case of natural disasters and other emergencies - for working with children aged 4 to 6 years“, Stranica 14		
JEZIK	Makedonski		



## 6. Označavanje sigurnih zona

TEMA	Sigurnost u školi/vrtiću		
NASLOV	Podizanje svijesti o sigurnosti u školi i vrtiću		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X X	Djeca Odgojitelji Ravnatelj Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X X	Učenici Učitelj Ravnatelj Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Provjeriti prisutnost potencijalnih opasnosti</li> <li>• Prepoznavanje rizika</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dinamična aktivnost tijekom koje se sudionici kreću učionicom i uočavaju potencijalne rizike.</li> <li>• Pomoću papira u boji i škara, sudionici izrađuju oznake upozorenja i postavljaju ih na potencijalne rizike.</li> </ul>		
PROCJENA VREMENA	20 min		
POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papiri u boji</li> <li>• Škare</li> </ul>		
IZVOR	Makedonski Crveni Križ: „Manual for protection and self-protection in case of natural disasters and other emergencies - for working with children aged 4 to 6 years“, Stranica 7		
JEZIK	Makedonski		



## PSIHOSOCIJALNA PODRŠKA

### 1. 10 lica emocija

TEMA	Psihosocijalna podrška		
NASLOV	Prepoznavanje i nošenje s osjećajima u izvanrednim situacijama		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X	X Djeca X Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	X Učenici X Učitelj <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sudionici će prepoznati postojanje različitih osjećaja koji se mogu pojaviti tijekom ili nakon potresa i kako se s njima nositi.</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Voditelj sudionicima podijeli po dva prazna papira i unaprijed pripremljeni materijal s prikazom različitih emocija.</li> <li>Voditelj zamoli sudionike da odaberu lica s prikazom osjećaja koji bi se mogli javiti tijekom potresa i da ih zalijepe na prvi prazan papir.</li> <li>Nakon što svi završe, svaki sudionik pročita koje je osjećaje izabrao.</li> <li>Slijedi rasprava o osjećajima koji se javljaju tijekom potresa.</li> <li>Nakon rasprave o osjećajima koji se mogu javiti tijekom potresa, djeca će na drugi prazan papir nacrtati najmanje tri lica s osjećajima koje se mogu javiti nakon potresa.</li> <li>Nakon što svi završe, govore koje su osjećaje nacrtali i zašto.</li> <li>Slijedi rasprava o tome koji se osjećaji mogu javiti nakon potresa i kako se nositi s njima.</li> </ul>		
PROCJENA VREMENA	30 min		
POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"> <li>Izrežite iz časopisa lica ljudi s nekom od sljedećih emocija: zbunjen, ljut, uplašen, zabrinut, iznenađen, ljut, miran, tužan, nestrpljiv ili koristite prilog "Emocije".</li> <li>Bijeli papir</li> <li>Ljepilo</li> </ul>		
IZVOR	Hrvatski Crveni Križ: Stranica 200 priručnika "Odgoj za humanost od malih nogu"		
JEZIK	Hrvatski		



## 2. Aktivnost za opuštanje – puhanje mjehurića

TEMA	Psihosocijalna podrška		
NASLOV	Nošenje s neugodnim osjećajima		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X	X Djeca <input type="checkbox"/> Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	X Učenici <input type="checkbox"/> Učitelj <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>Naučiti nove i konstruktivne načine suočavanja s neugodnim emocijama</li> <li>Sudionici mogu prepoznati i izraziti svoje osjećaje na primjeren način</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Voditelj započinje aktivnost puhanjem puno malih balona, a zatim pokušava napuhati jedan veliki balon.</li> <li>Voditelj objašnjava sudionicima kako imaju dva zadatka. Prvi zadatak je da napušu puno malih balona, a drugi zadatak je da napušu nekoliko velikih balona, jedan po jedan, vrlo sporo.</li> <li>Voditelj sudionicima podijeli puhalice balona te kreću sa izvođenjem zadataka.</li> <li>Po završetku vježbe voditelje povezuje aktivnost puhanja balona s osjećajima ljutne i stresa te načinom disanja kao važnim faktorom koji utječe na smirivanje.</li> </ul> <p>SAVJET ZA VOĐENJE: Ako je previše sudionika, oni bi trebali pokušati puhati mjehuriće u isto vrijeme, a ne jedan po jedan.</p>		
PROCJENA VREMENA	15 min		
POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"> <li>Puhalica sa sapunicom po djetetu</li> </ul>		
IZVOR	Hrvatski Crveni Križ: Internal CRC materials, author: Ines Rezo, CRC volunteer		
JEZIK	Hrvatski		



## 3. Moje je tijelo moje

TEMA	Psihosocijalna podrška		
NASLOV	Podizanje svijesti o nasilju nad djecom		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X	<input type="checkbox"/> Djeca <input checked="" type="checkbox"/> Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	<input checked="" type="checkbox"/> Učenici <input type="checkbox"/> Učitelj <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Podići svijest o nasilju nad djecom</li> <li>• Sudionici će moći prepoznati sumnjive modrice na djeci</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Voditelj sudionike podjeli u parove.</li> <li>• Voditelj objašnjava sudionicima kako moraju nacrtati obrise svog tijela na način da legnu na flipchart papir, a da ga „partner“ nacrtava prateći olovkom rubne dijelove tijela osobe koja leži na flipchart papiru.</li> <li>• Voditelj objašnjava djeci da će razgovarati o dobrim i lošim dodirima i zamoli ih da kažu primjere dobrih i loših dodira (npr. dobar dodir je kada te prijatelj zagrlji, loš dodir je kada te netko ozlijedi ili se zbog tog dodira osjećaš nelagodno/loše/sramiš se).</li> <li>• Voditelj daje uputu djeci da odaberu dvije boje i da na svom obrisu jednom bojom označe mjesta dobrih dodira, a drugom bojom loših dodira.</li> <li>• Slijedi rasprava u kojoj je važno istaknuti kako djeca uvijek imaju pravo reći „NE“ ukoliko se ne osjećaju ugodno kada ih netko dodiruje.</li> </ul>		
PROCJENA VREMENA	45 min		
POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Flipchart papiri</li> <li>• Bojice</li> </ul>		
IZVOR	Hrvatski Crveni Križ: Prilagođeno iz: My body is mine – good touches and bad touches, Workshop 7, IFRC Reference Centre for Psychosocial Support, Facilitator handbook 2: Workshop tracks <a href="http://pscentre.org/wp-content/uploads/2017/12/Facilitator-handbook-2.pdf">http://pscentre.org/wp-content/uploads/2017/12/Facilitator-handbook-2.pdf</a> , Stranica 19- 20		
JEZIK	Engleski		





## 4. Otvaranje i zatvaranje padobrana

TEMA	Psihosocijalna podrška		
NASLOV	Nošenje s osjećajima		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X	X Djeca <input type="checkbox"/> Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	X Učenici <input type="checkbox"/> Učitelj <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>Osjećati se ugodno u grupi</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<p>Zamolite sudionike da stanu u krug. Pitajte ih znaju li što je padobran.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ako imate igračku padobrana, raširite ga na podu u središtu kruga i pitajte sudionike što oni primjećuju na njemu - njegov oblik, kako je podijeljen na trokute u različitim bojama itd.</li> <li>Ako koristite imaginarni padobran, objasnite mu da je to veliki okrugli komad tkanine i krećite se u krug pokazujući sudionicima koliko je velik. Opišite boje i kako tkanina lebdi gore kad je podignemo u zrak. Zamolite sudionike da se okupe oko rubova padobrana. U prvom dijelu sudionici se mogu započeti predstavljati izgovaranjem svog imena, dobi i nečega što vole raditi za zabavu. Neka se sudionici čvrsto drže za rub padobrana ili se pretvaraju da drže rub padobrana. Zatim recite sudionicima da ćemo zajedno tresti padobran. Potaknite sudionike da ponove ono što kažete (i da rade kako radite, ako koristite imaginarni padobran). Grupa počinje zajedno tresti padobran, prvo polako, a zatim brzo, dok četiri puta pjevaju „Tresi, tresi, tresi, tresi, stop“. Svi svaki put prestanu tresti na riječi: „Stop“.</li> </ul> <p>Zatim potaknite sudionike da hodaju u krugu, držeći padobran i uzvikujući "Kružno, kružno, kružno, kružno, stop".</p> <p>Uzvikujte "U sredinu i natrag" (4 puta, zatim „Stop“) dok se svi pomičete zajedno, a zatim se povlačite. Ponovite „Dolje“ (4 puta, zatim „Stop“) dok povlačite padobran dolje, a zatim ga podignite u zrak s ispruženim rukama. Zatim svi sudionici pomognu rolati padobran dok govore "Kotrljamo padobran, kotrljamo padobran, kotrljamo padobran, kotrljamo padobran i odlažemo ga."</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Pri zatvaranju padobrana ne zaboravite staviti ga na sigurno mjesto za sljedeću radionicu.</li> </ul>		
PROJENA VREMENA	10-15 min		



POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"><li>• padobran (može biti napravljen od nekih materijala ili zamišljen)</li></ul>
IZVOR	Hrvatski Crveni Križ: The activity catalogue for Child Friendly Spaces in Humanitarian settings, IFRC Reference Centre for Psychosocial Support <a href="http://pscentre.org/wp-content/uploads/2018/11/Activity-Catalogue-for-Child-Friendly-Spaces-low-res.pdf">http://pscentre.org/wp-content/uploads/2018/11/Activity-Catalogue-for-Child-Friendly-Spaces-low-res.pdf</a> , Stranica 18 - 19
JEZIK	Engleski



## 5. Igra ogledala

TEMA	Psihosocijalna podrška		
NASLOV	Prepoznavanje i reflektiranje emocija		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X	X Djeca <input type="checkbox"/> Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	X Učenici <input type="checkbox"/> Učitelj <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jačanje svijesti o emocijama</li> <li>• Sudionici će moći prepoznati vlastite i emocije svojih prijatelja</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sudionici trebaju stajati u dvije linije na način da su sudionici okrenuti jedan prema drugome.</li> <li>• Jedna linija sudionika je u ulozi glumca, a sudionici u drugoj liniji predstavljaju ogledalo.</li> <li>• Voditelji zatim demonstriraju igru na način da voditelj u ulozi glumca pokazuje pozitivne emocije (npr. snagu, hrabrost, sreću ili mirnoću). Voditelj u ulozi ogledala pokušava kopirati emociju i ponašanja glumca. Na taj način oboje djeluju na emociju.</li> <li>• Sudionici trebaju tijekom vježbe pokazati najmanje 5 različitih emocija na način da se nakon svake emocije izmjenjuju uloge glumaca i ogledala.</li> <li>• Sudionici u ulozi ogledala pokušavaju kopirati glumce u izražavanju emocija do najmanjih detalja.</li> <li>• Slijedi rasprava o aktivnosti - reflektirajte sa sudionicima kako naše emocije utječu na druge, kako emocije drugih ljudi mogu utjecati na nas</li> </ul>		
PROJENA VREMENA	15 min		
POTREBNI MATERIJALI	-		
IZVOR	Hrvatski Crveni Križ: The activity catalogue for Child Friendly Spaces in Humanitarian settings, IFRC Reference Centre for Psychosocial Support <a href="http://pscentre.org/wp-content/uploads/2018/11/Activity-Catalogue-for-Child-Friendly-Spaces-low-res.pdf">http://pscentre.org/wp-content/uploads/2018/11/Activity-Catalogue-for-Child-Friendly-Spaces-low-res.pdf</a> , 2018, Stranica 58		
JEZIK	Engleski		



## 6. Ja i moje potrebe

TEMA	Psihosocijalna podrška		
NASLOV	Uočavanje potreba djeteta		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X	Djeca Odgojitelji Ravnatelj Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	Učenici Učitelj Ravnatelj Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Otkrivanje potreba sudionika</li> <li>• Prihvatanje mišljenja i izražavanje potreba, osjećaja i želja sudionika</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<p>Voditelj će sudionicima dati popise sa sljedećim rečenicama. Jedina uputa za sudionike je da rečenice završe na način na koji smatraju da je za njih najprecizniji/najtočniji:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Volim...</li> <li>• Trebam...</li> <li>• Važno mi je ...</li> <li>• Ja mislim da...</li> <li>• Najvažnija stvar za mene je ...</li> <li>• Osjećam...</li> <li>• Želim da moji prijatelji ...</li> <li>• Želim dobiti / primiti ...</li> <li>• Moja omiljena igra je...</li> <li>• Sretna sam kad sam sa...</li> <li>• Osjećam to...</li> <li>• Mogu...</li> <li>• Dobro se osjećam kada ...</li> <li>• Najsretniji sam kad ...</li> <li>• Hoću...</li> <li>• Trenutno želim ...</li> </ul> <p>Rasprava u parovima (10 min) ili nikakva rasprava. * U nekim situacijama voditelj može odlučiti da ne održi raspravu ako procijeni da će rasprava učiniti više štete nego koristi.</p> <p>SAVJET ZA VOĐENJE:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nemojte nikoga prisiljavati na sudjelovanje u ovoj aktivnosti ako to ne žele;</li> <li>• Ako nekim sudionicima treba pomoć ili više vremena, pružite im ih;</li> </ul>		



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Uvijek dajte jasne upute i budite strpljivi;</li> <li>• Svatko može napustiti aktivnost u bilo kojem trenutku ako se ne osjeća ugodno;</li> <li>• Za nadzor ove aktivnosti preporučuje se psiholog;</li> <li>• Ne koristite ovu vježbu ako vam nije potrebna;</li> <li>• Ako netko odluči da ne dijeli odgovore, trebali biste to poštivati;</li> <li>• Sve što je podijeljeno treba poštovati, a od najveće je važnosti poštivati načelo povjerljivosti.</li> </ul>
PROCJENA VREMENA	30 min
POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Olovke</li> <li>• Papir</li> </ul>
IZVOR	Makedonski Crveni Križ: Author: Ivona Gjorgjieva Djabirska, Macedonian Crveni Križ, City Crveni Križ of Skopje
JEZIK	Makedonski, Engleski



## 7. Ne budi takav!

TEMA	Psihosocijalna podrška		
NASLOV	Podizanje svijesti roditelja o važnosti priznavanja osjećaja svoje djece nakon određene izvanredne situacije		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X X	Djeca Odgojitelji Ravnatelj Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X X	Učenici Učitelj Ravnatelj Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Podignuti svijest roditelja o važnosti priznavanja osjećaja svoje djece nakon određene izvanredne situacije</li> <li>• Potaknuti roditelje da prepoznaju i priznaju dječje osjećaje, umjesto da ih pokušavaju blokirati u nadi da će djeca zaboraviti što se dogodilo</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Podijelite sudionike u parove. Jedan sudionik dobiti će oznaku A, a drugi B.</li> <li>• Svaki sudionik iz torbe odabire papir s napisanom emocijom.</li> <li>• Dajte uputu svim sudionicima A da pročitaju pojam koji su odabrali i razmisle o situaciji kada su se tako osjećali. Dajte im jednu do dvije minute da razmisle, ohrabrujući ih da se vide u toj situaciji i da stvarno osjete emociju.</li> <li>• U međuvremenu, okupite sve sudionike B negdje u stranu i uputite ih da slušaju partnera bez da stvarno priznaju partnerove osjećaje (ne obraćajte punu pažnju na to što partner govori, ne uzimajte izraženi osjećaj ozbiljno, recite da su osjećaji pretjerani ili pokušajte zanemariti emocije). Oni mogu odgovoriti s nečim poput „nemojte se toliko mučiti“, „pokušajte da se ne osjećate tako“, „ne biste se trebali tako osjećati“, „to nije lijepo“, „ne biste to trebali činiti / osjećati“, itd.</li> <li>• Sudionici se udružuju u parove, a zatim sudionici A tri do pet minuta pričaju sudioniku B kako su se osjećali u zamišljenoj situaciji.</li> <li>• Sudionik B daje povratne informacije u skladu s danim uputama. Predložena pitanja za raspravu: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kakvo je bilo vaše iskustvo u ovoj vježbi?</li> <li>• Kako ste se osjećali kada vaš partner nije obraćao pažnju na ono što dijelite i/ili kako se osjećate?</li> <li>• Kako ste se osjećali kada vam je partner zabranjivao neke osjećaje?</li> <li>• Kakav je učinak imao na vas i vaše emocije?</li> </ul> </li> </ul>		



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zamislite kako bi izgledala ova situacija s djetetom?</li> <li>• Kakve vam uvide donosi ova vježba?</li> <li>• Mislite li da u komunikaciji s djetetom možete pronaći neku praktičnu vrijednost tih uvida?</li> </ul> <p>SAVJET ZA VOĐENJE: Ako su na radionici prisutna dva ili više sudionika koji su parovi, potaknite ih da se miješaju i imaju druge partnere za ovu aktivnost.</p>
PROCJENA VREMENA	45 min + (što više vremena imate za razgovor i raspravu, to bolje)
POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mala torba (15cm x 15cm)</li> <li>• Mali komadići papira s napisanim emocijama: ljutnja, strah, gađenje, tuga, bol, razočaranje (jedna emocija na jedan komad papira), dovoljno komada za sve roditelje</li> </ul>
IZVOR	Makedonski Crveni Križ: Internal materials Author: Ivana Marinček, MRC volunteer
JEZIK	Engleski, Makedonski



## 8. Kazalište emocija

TEMA	Psihosocijalna podrška		
NASLOV	Preuzimanje uloga, dječja gluma emocija		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ		Djeca Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	x	x Učenici x Učitelj <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Omogućiti sudionicima da dožive stresnu situaciju u sigurnom prostoru i osjećaju slobodno i sigurno dijeljenje</li> <li>• Upoznati što su emocije, kako ih prepoznati i kako drugi ljudi reagiraju na emocije</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<p>To je kratka priča osmišljena za nekoliko likova (do 5-6) koji su u određenoj stresnoj situaciji. Priča treba sadržavati dijelove osmišljene za svaki lik kako bi se mogle izraziti različite emocije uz priču i treba imati otvoren kraj. To će omogućiti da svi imaju različite reakcije na priče likova.</p> <p>Sudionici su podijeljeni u tri skupine i svaka grupa mora izvesti isti scenarij, odlučiti kako reagirati i odlučiti kako bi trebala završiti. Svaka se skupina priprema nekoliko minuta i ima 5 minuta za glumu priče. Ako neki sudionici ne žele nastupiti, zamolite ih da budu promatrači i sudjeluju u raspravi nakon nastupa.</p> <p>Rasprava: Važno je naglasiti koliko su različiti emocionalni odgovori pojedinaca, usredotočiti se na prepoznavanje stranih emocija, kao i razgovarati o načinima izražavanja vlastitih emocija.</p>		
PROCJENA VREMENA	40 min		
POTREBNI MATERIJALI	Ranije napisana priča u tri kopije.		
IZVOR	Bugarski Crveni Križ Handbook for volunteers – Workshops on Psychosocial support for 4th and 8th grade students, p.12		
JEZIK	Bugarski		





## 9. Jesi li pod stresom?

TEMA	Psihosocijalna podrška		
NASLOV	Razumijevanje i identificiranje fizičke reakcije na stres		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ		<input type="checkbox"/> Djeca <input type="checkbox"/> Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	x	<input checked="" type="checkbox"/> Učenici <input checked="" type="checkbox"/> Učitelj <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<ul style="list-style-type: none"> <li>Razumjeti tjelesne reakcije na osjećaj stresa</li> <li>Razmišljati o fizičkoj manifestaciji stresa i kako konstruktivno koristiti te indikatore</li> </ul>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<p><b>Dio 1:</b> Zamolite sudionike da formiraju krug te da budu mirni i pažljivi. Uključite uznemirujuću glazbu. Obavijestite sudionike da sada moraju surađivati i da ne mogu napustiti krug. Pošaljite jedan od svojih predmeta u krug. Zamolite sudionike da ga prenesu jedan drugome u krugu. Dodajte još jedan predmet. Dodajte treći predmet, ali se taj predmet mora proslijediti u suprotnom smjeru od dva druga predmeta. Ostavite sudionike s ovim zadatkom na minutu. Dajte sudionicima balon na napuhavanje (ili nešto treće) koji sudionici moraju držati u zraku (Upamtite da moraju nastaviti dodavati predmete).</p> <p>Ako se sudionici dobro snalaze, dodajte još izazova kao što su pjevanje pjesme, pljeskanje kad imaju slobodne ruke, mijenjanje prostora između sudionika, zamolite nekoliko njih da sjednu, šaklajate ih itd. Kad stvari izgledaju stvarno kaotično i stresno (gotovo nemoguće upravljati), zaustavite igru.</p> <p><b>Rasprava 1</b> Pitajte sudionike što se dogodilo i kako se osjećaju. Neka znaju da je to bio primjer kako ljudi lako mogu akumulirati stres - previše suprotstavljenih zadataka, previše nejasnih zadataka, previše izaza i prevelik broj zadataka i situacija istovremeno.</p> <p><b>Dio 2:</b> Zamolite sudionike da ostanu u krugu te da budu mirni i pažljivi. Zamolite sudionike da čvršće stisnu šaku. Recite im da čvrsto stisnu šake 30 sekundi, a zatim im recite kada ih mogu otvoriti.</p>		



	<p>Pitajte kako su se osjećali stisnutim šakama i kako su se osjećali otpuštajući šaku.</p> <p><b>Rasprava 2</b> Objasnite da ono što su upravo doživjeli se može usporediti s osjećajem stresne reakcije: zatezanje šake je slično stvarnoj reakciji stresa, a otpuštanje šake nalik je oslobađanju stresa. Ovo oslobađanje često prati osjećaj umora ili iscrpljenosti.</p> <p><b>Dio 3:</b> Napravite otisak ljudskog tijela i zamolite sudionike da razmisle o posljednjem trenutku osjećaja stresa i/ili pritiska. Pokažite ili nacrtajte gdje je n /u tijelu mogu osjetiti reakcije na stres.</p> <p><b>Rasprava 3</b> Pozovite sudionike da obavijeste grupu gdje se stres može osjetiti na tijelu i kako se osjeća. Recite sudionicima da je svrha podcrtavanje fizičkih učinaka stresa. Naglasite da je važno obratiti pažnju na signale stresa vlastitog tijela. Jednako je važno i informiranje drugih o tim signalima kao korak u rješavanju stresa i shvaćanju i da se nešto mora učiniti kako bi se smanjile negativne posljedice stresa, poput bijesa, odustajanja, apatije itd.</p>
PROCJENA VREMENA	45 min
POTREBNI MATERIJALI	<p>Predmeti koji mogu biti razbacani oko ljudi (npr. olovke, papiri, komadi voća)</p> <p>Predmeti koje ljudi moraju održati 'živima'(npr. lopta napuhana zrakom u kojoj zrak treba biti zadržan tijekom vježbe)</p> <p>Računalo s glazbom i zvučnicima</p> <p>Isprintana slika ili ilustracija ljudskog tijela za svakog sudionika</p> <p>Markeri</p> <p>Flip chart</p>
IZVOR	Bugarski Crveni Križ adapting the Life skills Facilitators handbook, developed by the Danish Red Cross Youth
JEZIK	Engleski, Bugarski



## STRATEGIJE PROCJENE

### 1. Živiš li opasno?

TEMA	Klimatske promjene/Priprema za izvanredne situacije Prva pomoć		
NASLOV	Živiš li opasno? – podizanje svijesti o svakodnevnim opasnostima		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X	<input type="checkbox"/> Djeca x Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	<input type="checkbox"/> Učenici x Učitelj <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	<p>Pomozite sudionicima shvatiti potencijalne opasnosti i njihovim domovima / vrtićima / školama</p> <p>Uočite loše navike</p> <p>Podučite ih preventivnim mjerama</p> <p>Upoznajte sudionike s njihovim nacionalnim društvom za promociju i edukaciju o prve pomoći</p>		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<p>Sudionici moraju individualno riješiti sljedeći test.</p> <p>Svako pitanje se tiče jednog tipa opasnosti (pad, utapanje, trovanje, itd.)</p> <p>1) Imaš li puno tepiha u domu?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nekoliko</li> <li>• Da</li> <li>• Ne</li> </ul> <p>Rizik od pada: ako imam puno tepiha, postoji visoki rizik od spoticanja i pad, pogotovo za starije.</p> <p>2) Ostavljaš li svoju djecu da se igraju bez nadzora blizu vode, npr. kraj kade ili veće lokve u vrtu?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ponekad</li> <li>• Da</li> <li>• Ne</li> </ul> <p>Rizik od utapanja: utapanje je najčešći uzrok smrti male djece ispod 5 godina starosti na svijetu.</p> <p>3) Koliko često provjeravaš svoje električne instalacije, plin i kamin?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Svake godine</li> <li>• Nikada</li> <li>• Svakih šest mjeseci</li> </ul>		



	<p>Rizik od električnog udara, požara i trovanja ugljičnim dioksidom: savjetuje se da se sve navedeno provjeri barem svakih šest mjeseci radi sigurnosti.</p> <p>4) Gdje odlažeš stvari za čišćenje kućanstva poput praška za pranje i izbjeljivača?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• U ormariću, ispod sudopera</li> <li>• Na raznim mjestima u kući</li> <li>• Visoko na nekoj polici</li> </ul> <p>Rizik od trovanja: savjetuje se da se opasni proizvodi drže na visokim mjestima van dosega djece. Također je bitno spremati ih u njihovim originalnim ambalažama.</p> <p>5) Koliko često pereš svoje ruke?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prije obroka</li> <li>• Dvaput dnevno</li> <li>• Više od četiri puta dnevno</li> </ul> <p>Rizik od zaraze: moramo prati ruke prije svakog obroka i nakon korištenja kupaonice.</p> <p>6) Koristiš li rukavice ili debelu tkaninu da bi primio zagrijano posuđe?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ponekad</li> <li>• Ne</li> <li>• Da</li> </ul> <p>Rizik od opekline: ambalaže za držanje hrane mogu postati vruće, čak i na nižim temperaturama ili prilikom kratkog zagrijavanja. Preporučuje se nikada ih ne primati direktno.</p> <p>7) Imaš li kakvih glomaznih predmeta u kućnim prolazima?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nekoliko</li> <li>• Da</li> <li>• Ne</li> </ul> <p>Rizik od pada: bilo bi najbolje ne postavljati glomazne komade namještaja po hodnicima i prolazima u kući, budući da uz njih uvijek postoji rizik od pada i ozljede. Također, prolaze i ulaze je uvijek bolje držati slobodnima u slučaju evakuacije.</p> <p>8) Koliko često koristiš svijeće kod kuće?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nekada</li> <li>• Često</li> <li>• Nikada</li> </ul> <p>Rizik od opekline i požara: osim opasnosti od požara uzrokovanog svijećama, mala se djeca mogu na njih opeći.</p> <p>9) Postoji li puno malih predmeta na dohvat u kući, npr. pikule, dječje igračke, ...?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Par</li> <li>• Da</li> </ul>
--	---



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ne, uvijek su pospremljene</li> </ul> <p>Rizik od gušenja: mala su djeca uvijek oduševljena onime što vide i često stavljaju male predmete u usta i mogu se tako ugušiti.</p> <p>(U svakom je pitanju poželjan odgovor C)</p> <p>SAVJET ZA VOĐENJE: Ovo je test, a ne kviz. Nema dobrih ni loših odgovora, no ima dobrih i loših navika. Voditelj mora poznavati dobre navike koje su napisane ispod svakog pitanja.</p>
PROCJENA VREMENA	30 min
POTREBNI MATERIJALI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Test</li> <li>• Olovke</li> </ul>
IZVOR	Hrvatski Crveni Križ: IFRC materials for World First aid Day delivered to National Societies
JEZIK	Engleski



## 2. Lista požarne sigurnosti za škole i vrtiće

TEMA	Sigurnost u školi/vrtiću		
IME AKTIVNOSTI	Lista požarne sigurnosti za škole i vrtiće		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	x	<input type="checkbox"/> Djeca <input checked="" type="checkbox"/> Odgojitelji <input checked="" type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	x	<input type="checkbox"/> Učenici <input checked="" type="checkbox"/> Učitelj <input checked="" type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	Lista pruža detalje o potrebnim mjerama sigurnosti koje se trebaju uspostaviti i kada su posljednji put pregledane.		
IZVOR	Austrijski Crveni Križ		

Sadržaj pregleda	Pregled izvršio	Datum	Odrađeno
Evakuacijske rute, stepeništa, hodnici, izlazi, mjesta okupljanja, područja zatvaranja i vrata			
Odrediti područja i pristupne točke za vozila hitne pomoći, osigurati prostor koji treba biti slobodan za pristup vatrogasaca			
Opći red; Osiguravanje pristupa do uređaja za gašenje vatre			
Električni aparati za kuhanje i grijanje			
Pridržavanje zabrane pušenja			
Skladištenje i korištenje zapaljivih plinova i tekućina			
Odlagalište otpada i papira			
Ispravno funkcioniranje požarnih vrata, opruga za zatvaranje vrata i sistema zaključavanja			
Aparati za gašenje vatre, zidni hidranti i vatrogasne deke			
Evakuacijska i usmjeravajuća svjetla i sustav zaštite od udara groma			



Požarni alarmni sustav, alarmni sustav			
Stepeništa: ventilacija dima			
Dovod vode za gašenje požara, održavanje hidranata pristupačnim			



## 3. Sigurnosna lista - pregled

TEMA	Sigurnost u školi		
IME AKTIVNOSTI	Sigurnosna lista - pregled		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	x	<input type="checkbox"/> Djeca <input checked="" type="checkbox"/> Odgojitelji <input checked="" type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	x	<input type="checkbox"/> Učenici <input checked="" type="checkbox"/> Učitelj <input checked="" type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	Lista nudi pregled kontakata, lokacija materijala prve pomoći i je li kontrola sigurnosti bila obavljena.		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	Listu obično ispunjava učitelj odgovoran za sigurnost u školi..		
PROCJENA VREMENA	30 min		
IZVOR	Austrijski Crveni Križ		

LISTA		
1	Škola	Ime i adresa
2	Školski odbor	Ime i adresa
3	Ravnatelj	Ime
4	Broj učitelja	
5	Broj ljudi, ukupan	
6	Broj učenika	
7	Broj ljudi s teškoćama	
8	Školski liječnik	1. Ime
		2. Ime





9	Osoblje za prvu pomoć (Ime/dostupnost/posljednja obuka prve pomoći)	zadovoljeno	Potrebne mjere
	1.		
	2.		
	3.		
10	Osoba zadužena za sigurnost od vatre (Ime)		
	Zamjenik (Ime)		
11	Sigurnosni službenik (Ime/Dostupnost)		
12	Profesionalni liječnik (Ime/Dostupnost)		
13	Zaštitar (Ime/Dostupnosti)		
	1.		
	2.		
14	Povjerenik Crvenog Križa (Ime/Dostupnost)		
15	Materijal za prvu pomoć (mjesto)		
16	Provjera materijala za prvu pomoć (Ime/Datum)		
17	Defibrilator (mjesto)		
18	Vježba pripravnosti u slučaju požara (Ime/Datum)		



## INFORMACIJE O POSTOJEĆIM PROGRAMIMA

### 1. Podizanje svijesti djece o pripravnosti i sigurnosti

TEMA	Klimatske promjene		
IME	Podizanje svijesti djece o pripravnosti i sigurnosti		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ		<input type="checkbox"/> Djeca <input type="checkbox"/> Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	X	<input checked="" type="checkbox"/> Učenici <input checked="" type="checkbox"/> Učitelj <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	Podizanje svijesti, pripravnosti i zaštićenosti male djece u slučaju različitih opasnosti		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	<p>Jedanaest radnih listova prikazuje na koji se način djeca u dobi od sedam do dvanaest godina trebaju ispravno ponašati pri raznim hitnim slučajevima i podižu svjesnost o temama kao što su volonterstvo i sigurnost. Radni listovi dotiču se sljedećih tema:</p> <p>oluje            šumski požari            zaraza            hitni slučajevi            poplave i odroni            potresi            volontiranje            edukacija o sigurnosti od požara            rizici u kućanstvu            društvena uključenost            siguran put do škole</p> <p>SAVJET ZA VOĐENJE:            Odgovarajući metodički i didaktički savjeti dostupni su za učitelje na <a href="http://yaps.online/worksheets/">http://yaps.online/worksheets/</a></p>		
PROCJENA VREMENA	1-3h po temi		
POTREBNI MATERIJALI	Isprintani radni listovi, olovke, bojice		



IZVOR	Austrijski Crveni Križ: EU Civil Protection Project: Raising young people's awareness on preparedness and self-protection, 2017 <a href="http://yaps.online/worksheets/">http://yaps.online/worksheets/</a>
JEZIK	Engleski, Njemački, Rumunjski



## 2. ROKO program

CILJANA SKUPINA	VRTIĆ	X	<input type="checkbox"/> Djeca <input type="checkbox"/> Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA		<input type="checkbox"/> Učenici <input type="checkbox"/> Učitelj <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
ROKO knjižica 1: Prva pomoć ROKO knjižica 2: Sigurnost na cestama ROKO knjižica 3: Sigurnost na vodi			
IZVOR	Austrijski Crveni Križ: <a href="http://www.jugendrotkreuz.at/oesterreich/angebote/roko-mit-dem-roten-kreuz/">http://www.jugendrotkreuz.at/oesterreich/angebote/roko-mit-dem-roten-kreuz/</a>		
JEZIK	Njemački		



## 3. HELFI program

CILJANA SKUPINA	VRTIĆ		<input type="checkbox"/> Djeca <input type="checkbox"/> Odgojitelji <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA	x	<input type="checkbox"/> Učenici <input type="checkbox"/> Učitelj <input type="checkbox"/> Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
<p>HELFI knjižica 1: za prvi i drugi razred osnovne škole          HELFI knjižica 2: za treći i četvrti razred osnovne škole</p>			
IZVOR	Austrijski Crveni Križ: <a href="http://www.jugendrotkreuz.at/oesterreich/angebote/erste-hilfe/helfi-hilft-dir-helfen/">http://www.jugendrotkreuz.at/oesterreich/angebote/erste-hilfe/helfi-hilft-dir-helfen/</a> <a href="http://www.jugendrotkreuz.at/oesterreich/angebote/erste-hilfe/helfi-hilft-dir-helfen/unterrichtsmaterialien/mappe/">http://www.jugendrotkreuz.at/oesterreich/angebote/erste-hilfe/helfi-hilft-dir-helfen/unterrichtsmaterialien/mappe/</a>		
JEZIK	Njemački		



4. Plan za alarm i hitne slučajeve

TEMA	Sigurnost u školi ili vrtiću		
IME AKTIVNOSTI	Plan za uzbunu i hitne slučajeve		
CILJANA SKUPINA	VRTIĆ		<input type="checkbox"/> Djeca x Odgojitelji x Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
	OSNOVNA ŠKOLA		<input type="checkbox"/> Učenici x Učitelj x Ravnatelj <input type="checkbox"/> Skrbnik/roditelji
CILJEVI I ISHODI	Plan za uzbunu i hitne slučajeve nudi sažetak važnih brojeva telefona i koraka u takvim slučajevima.		
KAKO VODITI AKTIVNOST?	Listu obično ispunjava odgojno – obrazovni djelatnik koji je odgovoran za sigurnost u školi ili vrtiću.		
PROCJENA VREMENA	30 min		

EMERGENCY AND ALARM PLAN

+

Behaviour in an Emergency

Remain Calm!

**1. SECURE**  
Ensure safety

**2. RESCUE** U

EMERGENCY CALL

Where?  
What Happened?

How many people are injured?  
Who is calling?

**3. FIRST AID**

First aid Helpers:

\_\_\_\_\_ U

\_\_\_\_\_ U

\_\_\_\_\_ U

\_\_\_\_\_ U

FIRST AID

Remove from danger Area /Stop

D

Behaviour in Fire

Remain Calm!

**1. ALARM**

\_\_\_\_\_

u U

FIRE BRIGADE EMERGENCY CALL

Where is the fire?  
What is burning?  
Are people in danger?  
Who is calling?

**2. ESCAPE**

- Close windows and doors.
- Exit the building through the emergency exits, but only if they are smoke free. Bring Class book with you!
- Help impaired persons
- Don't use elevators
- If emergency exits can't be used, remain in the classroom and call for help from the windows.

**3. EXTINGUISH FIRE**

- Combat fire with a fire extinguisher if this is possible without risk to oneself.
- Instruct fire brigade, announce special dangers.
- Follow the instructions of the fire brigade
- Next fire extinguisher

☎

Other important numbers

Remain Calm!

POLICE EMERGENCY CALL U

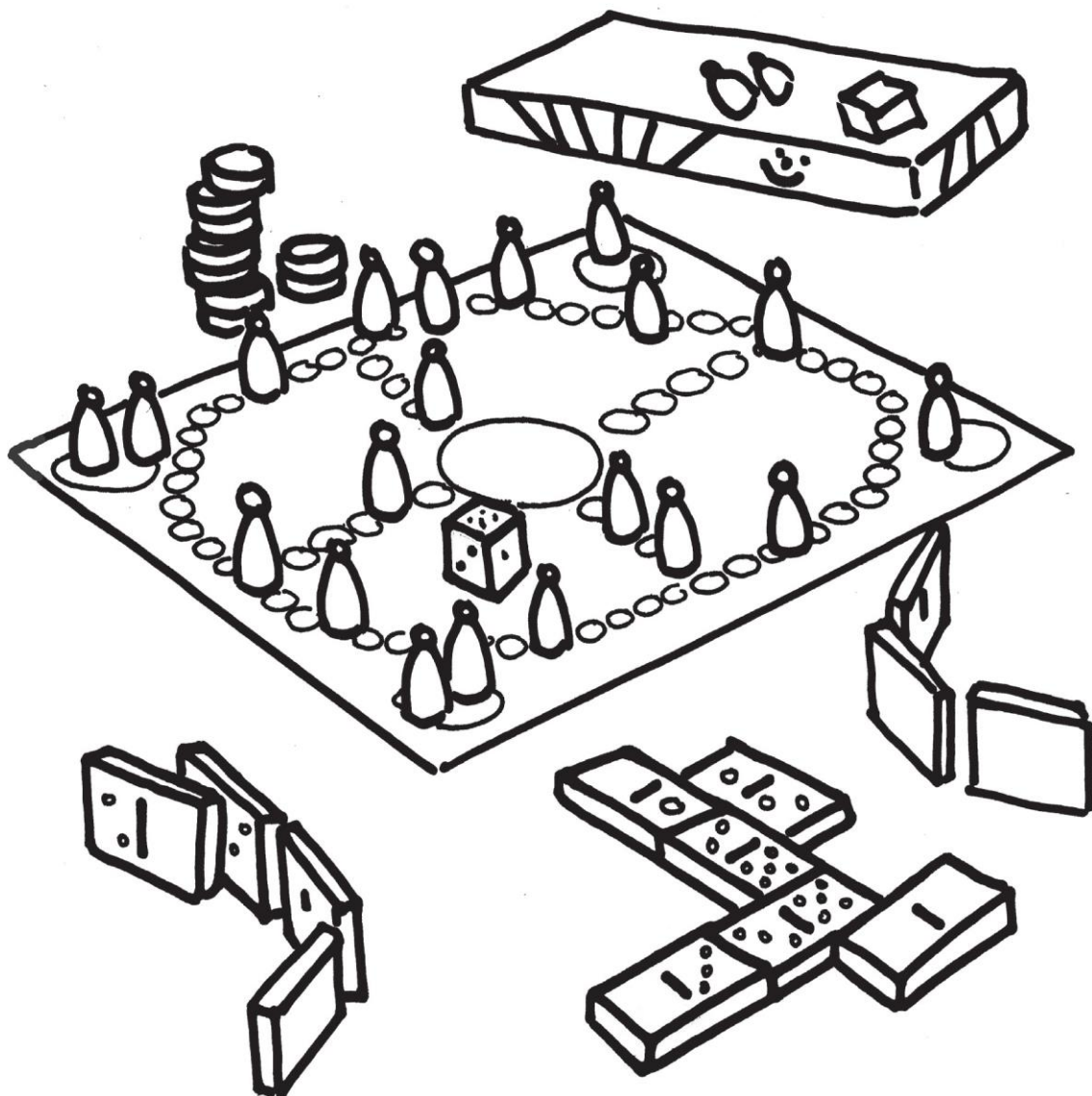
\_\_\_\_\_



## DODATNI MATERIJALI

Set2GO

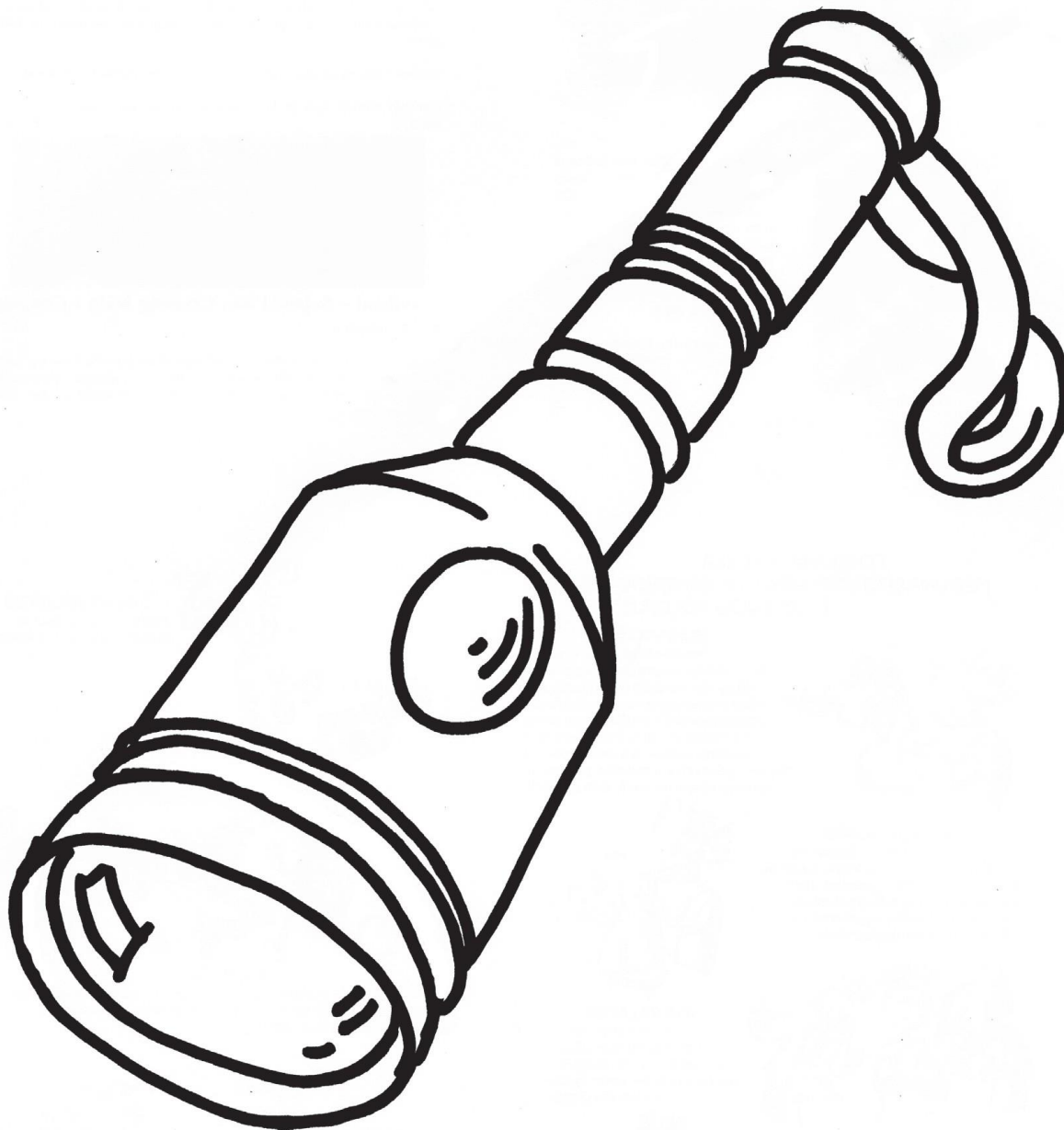
Prilozi:

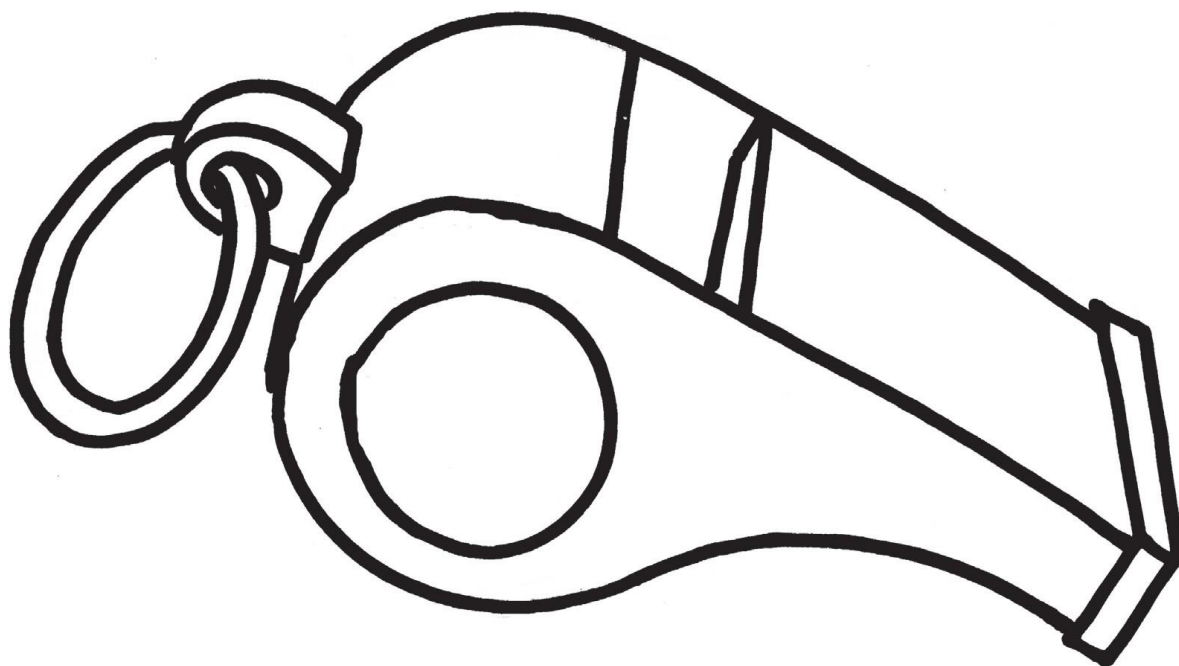


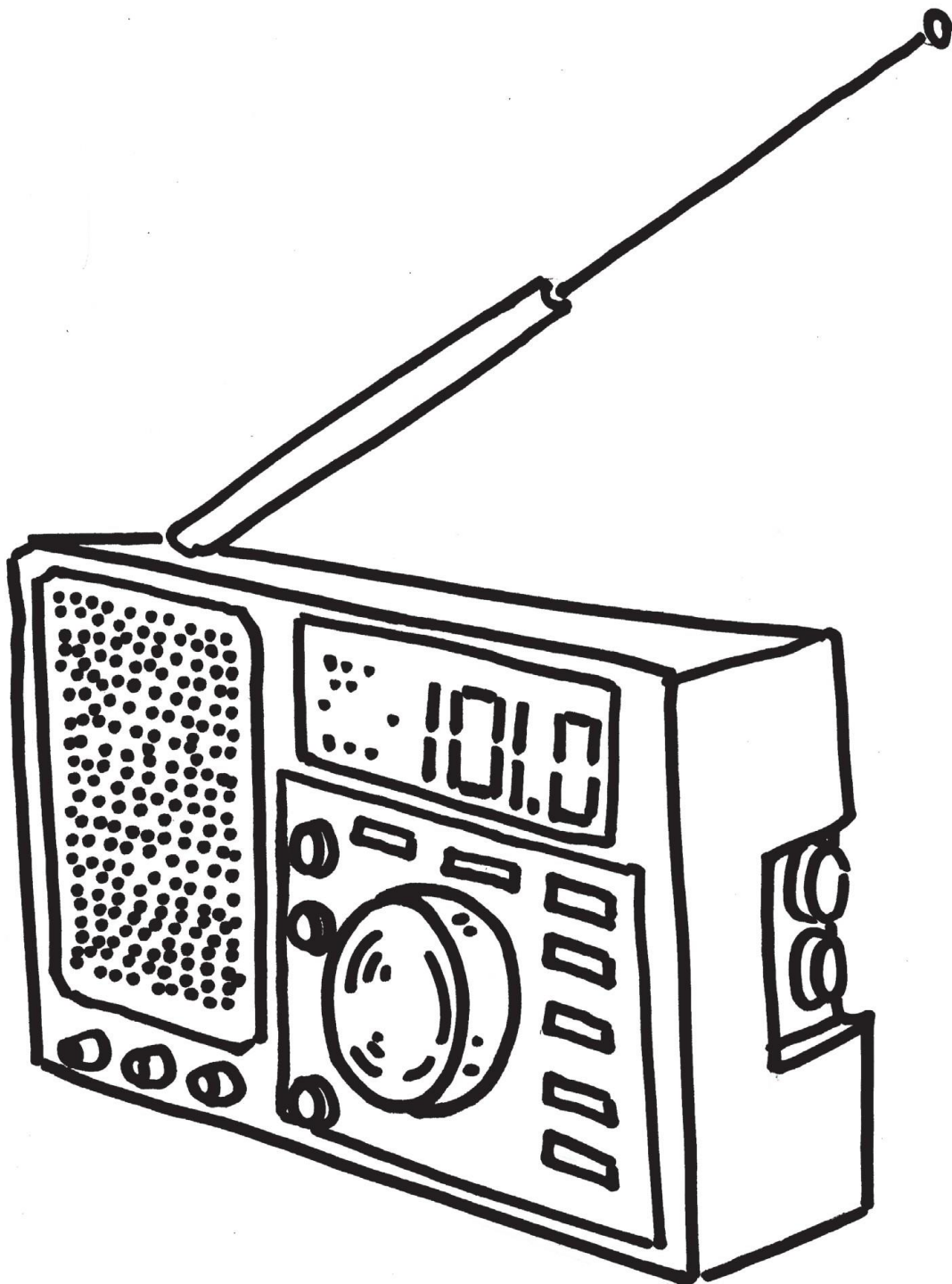




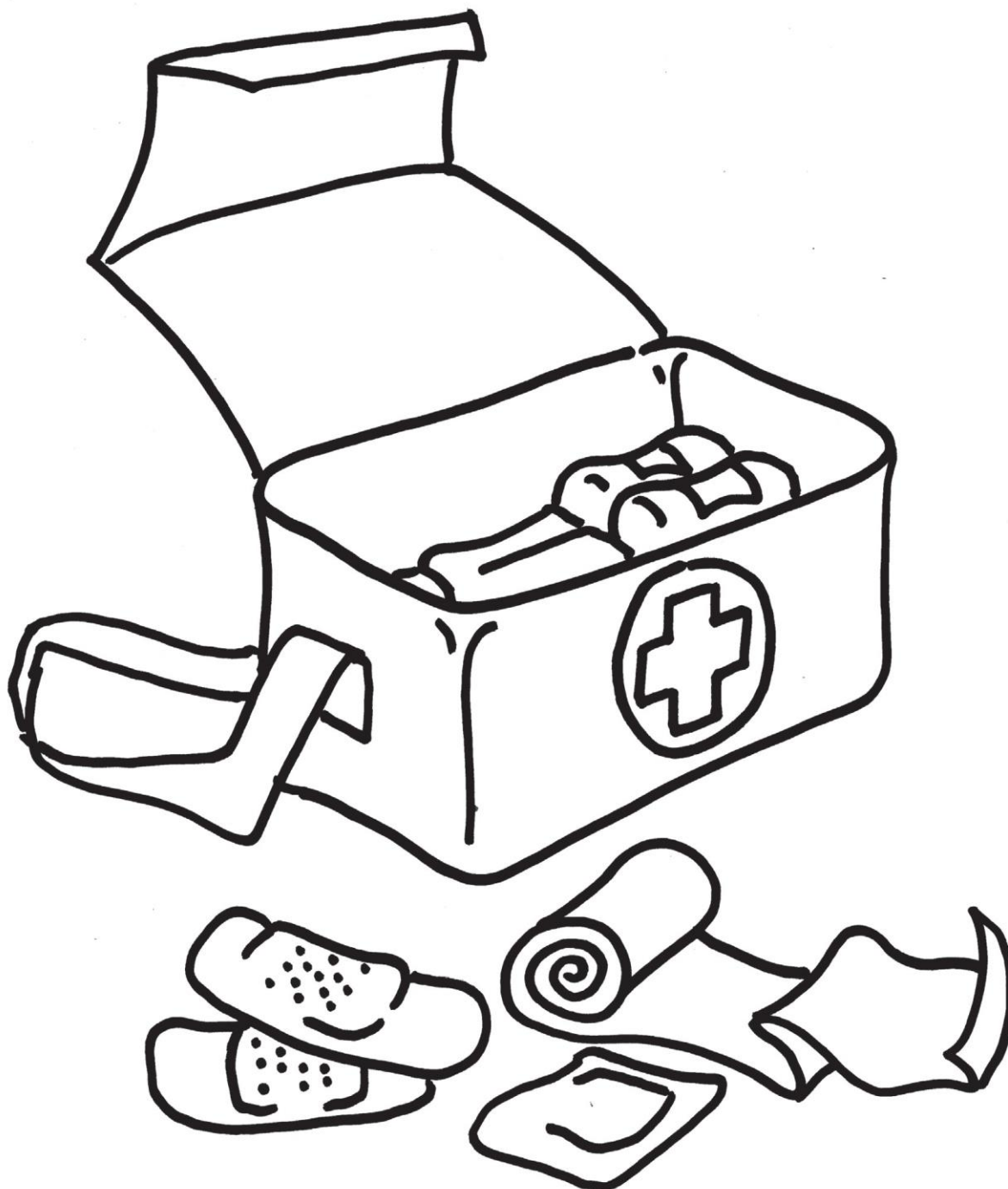














## 10 važnih savjeta u pripremi za izvanredne situacije

- napravite **osobni plan** za slučaj izvanredne situacije
- gdje god bili, upoznajteses mogućim opasnostima i planovima sigurnosti
- s članovima obitelji i prijateljima dogovorite načine kontaktiranja
- s članovima obitelji i prijateljima dogovorite mjesta susreta
- izaberite osobu za kontakt izvan vaše regije
- ispunite **osobni plan** za slučaj izvanredne situacije, uvijek ga držite uz sebe i potičite druge da učine isto
- pažljivo slušajte lokalnu radio postaju i naučite kako isključiti dovod struje, plina i vode u kućanstvo
- složite **komplet za izvanredne situacije** i držite ga na dohvatu
- ako ih imate, redovito održavajte uređaje za otkrivanje požara
- naučite prvu pomoć

## 10 važnih savjeta o postupanju u slučaju izvanredne situacije

- u slučaju potrebe nazovite žurne službe (112) i slijedite njihove upute
- ostanite zajedno s bližnjima na sigurnom mjestu
- pružite prvu pomoć i pozovite pomoć
- ukoliko unutar objekta nije sigurno, izađite i ostanite vani
- ukoliko je sigurno sa sobom ponesite **komplet za izvanredne situacije** i kućne ljubimce
- ukoliko je sigurno isključite dovod plina, struje i vode i zaključajte objekt
- ukoliko je sigurno izađite u objektu ostanite unjemu
- slušajte lokalnu radijsku postaju i slijedite sigurnosne upute
- provjerite možete li pomoći susjedima
- slijedite vaš **osobni plan za izvanredne situacije**



Sagni se, prekrij i drži za...

Prilozi:

## Što učiniti tijekom potresa

### Ostanite mirni!

#### Ako ste na otvorenom

- Ostanite tamo.
- Udaljite se od zgrada, drveća, ulične rasvjete, prozora, svih staklenih površina isvega što može pasti na vas.

#### Ako ste u zatvorenom prostoru

- Ostanite unutra! Većina ozljeda tijekom potresa dogodise prilikom ulaska ili izlaska iz zgrada.
- Ukoliko trebate pomoć, nazovite žurne službe (112) i slijedite njihove upute.
- Pronađite najsigurnije mjesto za sebe i druge.
- Stanite uzaklon pod čvrst stol, klupu ili uz nosiv zid i ostanite u tom položaju mirno do kraja potresa.
- Ako stanete pod klupu, jednom rukom prekrijte glavu, a drugom se čvrsto držite za nogu stola.
- Ako u blizini nema stola, pokrijte svoje lice i glavu rukama i ostanite skupljeni u kutu prostorije.
- Držite se podalje od stakla, prozora, pregradnih zidova, visokih komada namještaja isvega drugog što bi moglo pasti (kao što je npr. luster).
- Budite svjesni da se alarmi mogu uključiti te se nemojte preplašiti zvuka.
- Ne koristite stepenice.
- Ne skačite kroz prozor.
- Ne koristite dizala.
- Ako vas potres probudi iz sna, pokušajte ostati mirni i krenuti prema najbližem sigurnom mjestu.
- Ako ste u krevetu za vrijeme potresa, ostanite tamo osim ako ste pod teškim lusterom koji bi mogao pasti. U tom slučaju, premjestite se na najbliže sigurno mjesto. Zaštitite svoje lice jastukom.
- Slušajte lokalnu radijsku postaju i slijedite sigurnosne upute.
- Ukoliko unutar objekta nije sigurno, iziđite i ostanite vani.
- Ukoliko to možete učiniti brzo i ako je sigurno, sa sobom uzmite komplet za izvanredne situacije i kućne ljubimce.





## Što učiniti tijekom potresa u zatvorenom prostoru

Ako ste u zatvorenom prostoru tijekom potresa,

sagnite se ispod

\_\_\_\_\_ ,

jednom rukom prekrijte

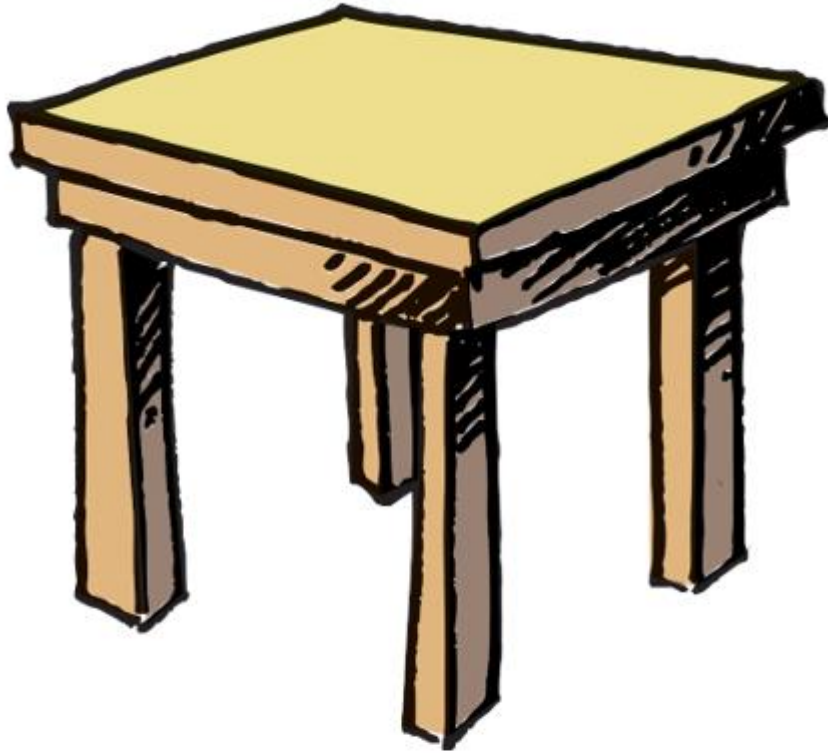
\_\_\_\_\_ ,

a drugom se čvrsto držite za

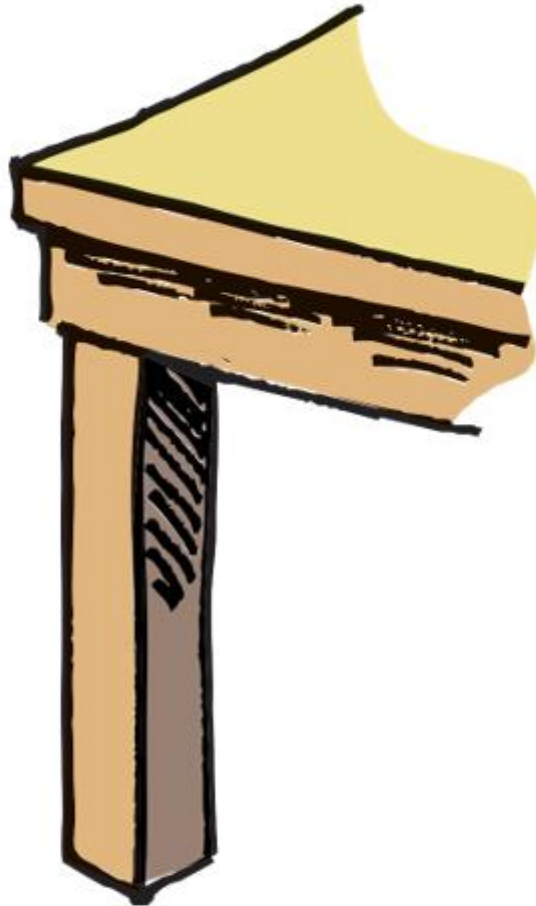
\_\_\_\_\_ .



**...LICE**



**...STOLA**



**...NOGU  
STOLA**



Sigurno mjesto kada ste vani

Prilozi:

## Što učiniti tijekom potresa

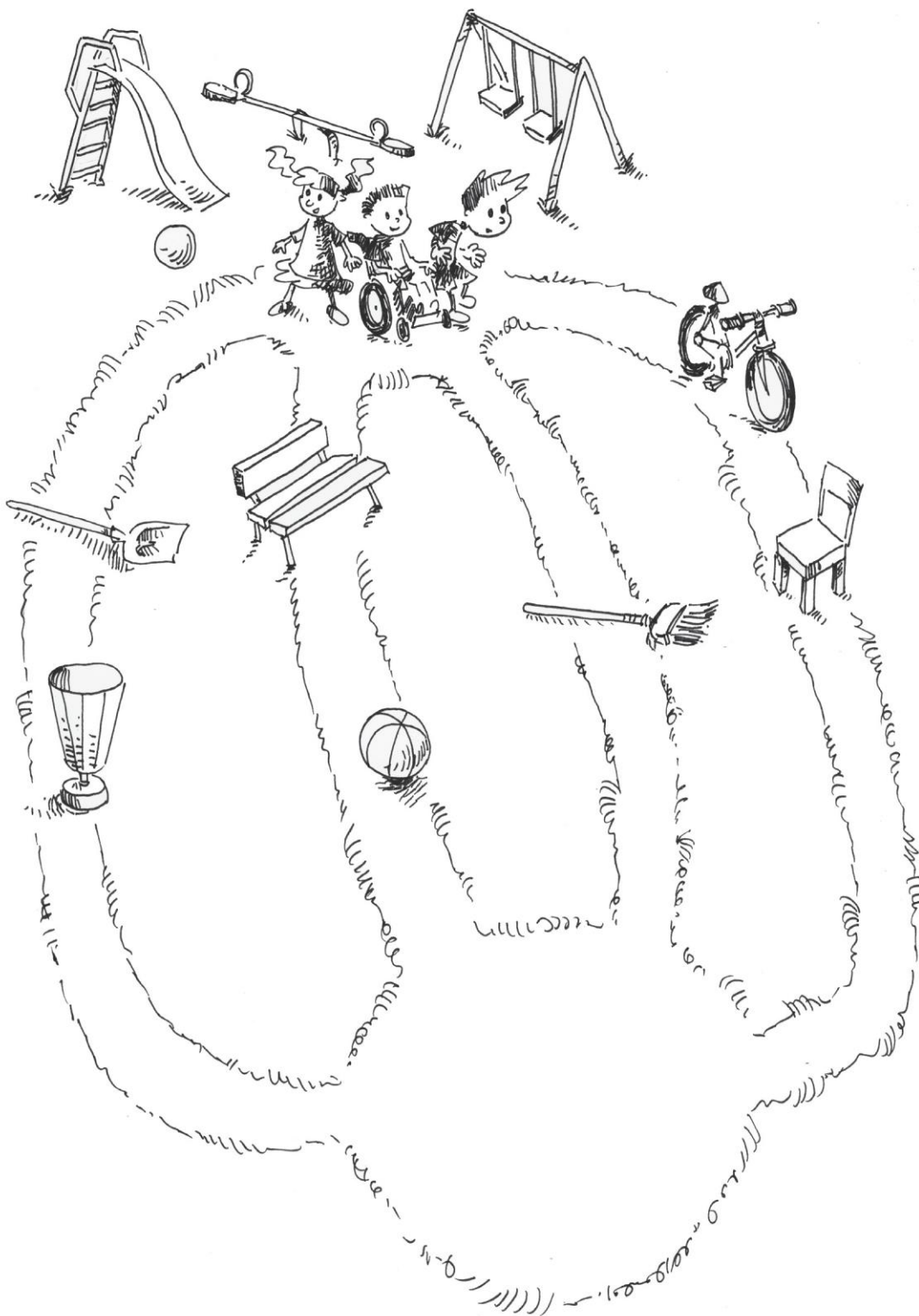
### Ostanite mirni!

### Ako ste na otvorenom

- Ostanite tamo.
- Udaljite se od zgrada, drveća, ulične rasvjete, prozora, svih staklenih površina isvega što može pasti na vas.

### Ako ste u zatvorenom prostoru

- Ostanite unutra! Većina ozljeda tijekom potresa dogodi se prilikom ulaska ili izlaska iz zgrada.
- Ukoliko trebate pomoć, nazovite žurne službe (112) i slijedite njihove upute.
- Pronađite najsigurnije mjesto za sebe i druge.
- Stanite uzaklon pod čvrsti stol, klupu ili uz nosivi zid i ostanite u tom položaju mirno do kraja potresa.
- Ako stanete pod klupu, jednom rukom prekriti glavu, a drugom se čvrsto držite za nogu stola.
- Ako u blizini nema stola, pokriite svoje lice i glavu rukama i ostanite skupljeni u kutu prostorije.
- Držite se podalje od stakla, prozora, pregradnih zidova, visokih komada namještaja i svega drugog što bi moglo pasti (kao što je npr. luster).
- Budite svjesni da se alarmi mogu uključiti te se nemojte preplašiti zvuka.
- Ne koristite stepenice.
- Ne skačite kroz prozor.
- Ne koristite dizala.
- Ako vas potres probudi iz sna, pokušajte ostati mirni i krenuti prema najbližem sigurnom mjestu.
- Ako ste u krevetu za vrijeme potresa, ostanite tamo osim ako ste pod teškim lusterom koji bi mogao pasti. U tom slučaju, premjestite se na najbliže sigurno mjesto. Zaštitite svoje lice jastukom.
- Slušajte lokalnu radijsku postaju i slijedite sigurnosne upute.
- Ukoliko unutar objekta nije sigurno, izidite i ostanite vani.
- Ukoliko to možete učiniti brzo i ako je sigurno, sa sobom uzmite komplet za izvanredne situacije i kućne ljubimce.





Vremenska prognoza

Prilozi:



**SANJKE**



**GUMENE ČIZME**



**KIŠOBRAN**



**JAPANKE I  
SUNČANE NAOČALE**



**SUNCOBRANI  
LEŽALJKA**



**KAPA I ŠAL**



Smiješ se igrati, ne diraj

Prilozi:



SMIJEŠ  
SE  
IGRATI



NE  
DIRAJ





Prva pomoć, upomoć!

Prilozi:

## OSOBA KOJOJ CURI KRV IZ NOSA

NEMOJ SE UPLAŠITI AKO TEBI ILI NEKOME KRAJ TEBE CURI KRV IZ NOSA.

OSOBA KOJOJ CURI KRV IZ NOSA TREBA POGNUTI GLAVU I GORNJI DIO TIJELA PREMA NAPRIJED.

OSOBA KOJOJ CURI KRV IZ NOSA TREBA RUKAMA STISNUTI MEKI DIO NOSA I DRŽATI 10 DO 15 MINUTA DOK KRVARENJE NE PRESTANE, A ZA TO VRIJEME DISATI NA USTA.

AKO KRVARENJE PRESTANE, NE DIRATI NI ISPUHIVATI NOS.

AKO NE PRESTANE, PONAVLJATI POSTUPAK DO 30 MINUTA.

AKO NITADA NE PRESTANE, TREBAMO SE OBRATITI HITNOJ MEDICINSKOJ SLUŽBI.



## OSOBA KOJA SE UDARILA

NEMOJ SE UPLAŠITI AKO SE UDARIŠ ILI SE NETKO DRUGI UDARI.

MJESTO KOJE SI UDARIO MOŽEŠ OHLADITI POD MLAZOM VODE.

NA MJESTO UDARCA MOŽEŠ STAVITI HLADAN OBLOG.

AKO SI UDARIO GLAVOM, OBAVIJESTI ODRASLU OSOBU.



## OSOBA KOJA SE OGREBLA

NEMOJ SE UPLAŠITI AKO SE OGREBEŠ ILI SE NETKO DRUGI OGREBE.

OGREBOTINA TE MOŽE LAGANO PECKATI.

OGREBOTINU NE SMIJEŠ DIRATI RUKAMA JER RUKA MOGU BITI  
PRLJAVE!

OGREBOTINU MOŽEŠ ISPRATI TOPLOM VODOM I SAPUNOM.

ZOVI ODRASLU OSOBU U POMOĆ.

ZAJEDNO NA OGREBOTINU MOŽETE STAVITI GAZU ILI FLASTER.



## OSOBA KOJA JE SLOMILA RUKU ILI NOGU

NEMOJ SE UPLAŠITI AKO SI NEŠTO SLOMIO ILI JE NETKO DRUGI NEŠTO SLOMIO.

AKO SE NETKO JAKO OZLIJEDIO I NE MOŽE POMICATI ODREĐENI DIO TIJELA, MOŽDA JE NEŠTO SLOMIO.

DIO TIJELA KOJI JAKO BOLI, NE SMIJE SE POMICATI.

OZLIJEĐENI DIO TIJELA MOŽE OTEKNUTI, MOŽE BITI IZOBLIČENI MOŽE SE ČUTI ŠKRIPANJE.

AKO NE MOŽEŠ HODATI, OSTANI U POLOŽAJU U KOJEM JESI.

DRUGU OSOBU KOJA NE MOŽE HODATI, NEMOJ TJERATI DA USTANE.

NEMOJ DRUGOJ OSOBI POMICATI DIO TIJELA KOJI JU JAKO BOLI.

GLASNO DOZIVAJ POMOĆ!



## OSOBA KOJOJ CURI KRV IZ NOSA



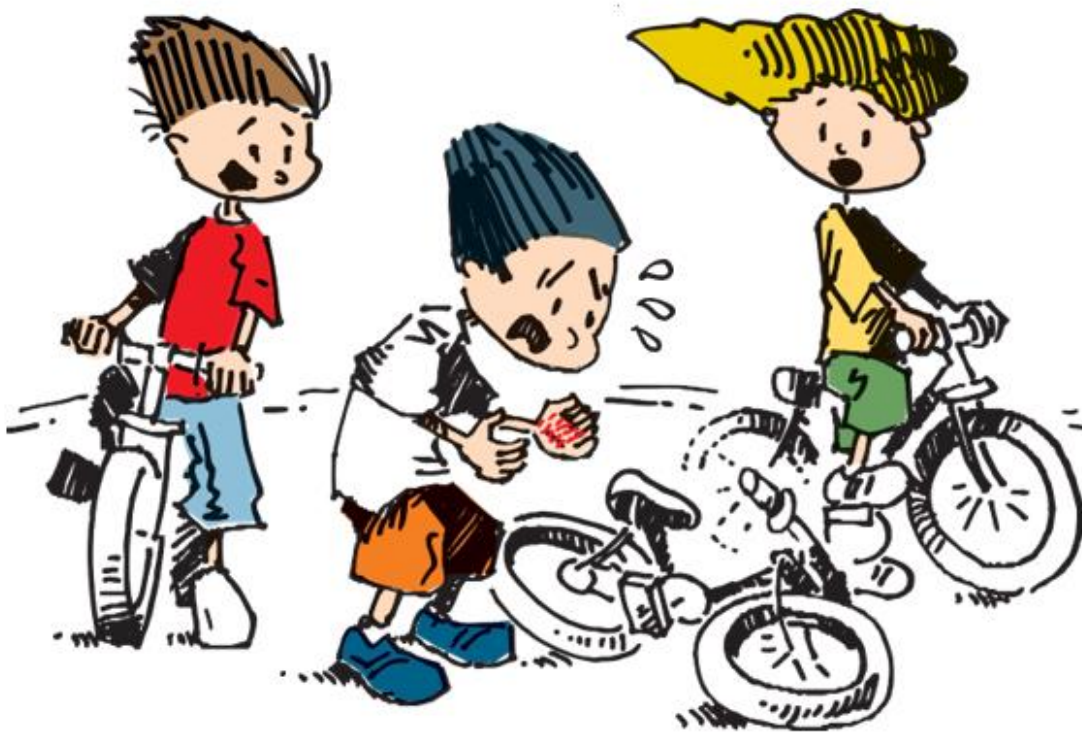


## OSOBA KOJA SE UDARILA





## OSOBA KOJA SE OGREBLA





Važno je znati

Prilozi:

# Pjesma 112

Nazvao sam ja 112  
Hoćeš li mi ti, doći pomoći?

...

*nastavite pjesmu*





