

**"Serce to najpiękniejsze słowo świata. Serce to w życiu najcudniejszy skarb."
Zachowaj je dla bliskich w zdrowym, sprawnym ciele. Miej czym kochać.
UWAŻAJ NA DRODZE!**



STOP Wariatom drogowym

KM

„Kochasz? Powiedz STOP Wariatom Drogowym” to znakomita akcja, która dobitnie uświadamia, że brak rozwagi i brawura na drodze są autorami wielu ofiar, nawet, gdy wypadkowi ulegnie jedna osoba. Bo przecież nie tylko ona cierpi, jeżeli przeżyje. Zawsze cierpią jej bliscy. Zakazy i pouczenia bardzo często są nieskuteczne. Niejednokrotnie irytują bardziej niż skłaniają do zastanowienia się nad swoim zachowaniem. No bo jak to?! Pouczać mnie? Wytrawnego kierowcę? Przewornego przechodnia? Nieomylnego amatora dwóch kółek? Też coś! Przecież ja zawsze jeżdżę właściwie. To oni, inni są nieuważni, nierozsądni, za szybcy, za powolni. To oni stają mi na drodze, ja im - nigdy! To chyba dobry pomysł, żeby nakazy zastąpić prośbą. W dodatku prośbą osoby ukochanej - rozkosznego sepleniącego malucha, wyjątkowego, kochającego partnera, zatroskanego rodzica. Czasami dla nich jesteśmy w stanie zrobić więcej niż dla siebie samych. A więc i zadbać o swoje bezpieczeństwo. Bo jesteśmy potrzebni. Jesteśmy ważni. Niezastąpieni. Kocham. Mówię: STOP Wariacie Drogowy, mój Rodzicu spieszący się do pracy, zdenerwowany ciągłym brakiem czasu; moje Dziecko przebiegające jezdnię w niedozwolonym, nieoznakowanym miejscu, często ze słuchawkami na uszach, zamyślane. Kocham i potrzebuję Ciebie. Pamiętaj o tym. Dbaj o swoje bezpieczeństwo, nie zagrażaj innym, bo właśnie w ten sposób dbasz także i o mnie.

Kamila Sadlak



Akcja PZU

Logo

To człowiek człowiekowi zapewnia bezpieczeństwo, czyli kilka słów o tym, jak dobrą praktykę przekuć w tradycję.

W sobotę 13 września zespół młodych ratowników z G7 podzielił się swym doświadczeniem w realizacji projektu *Razem, aby ratować z młodszymi kolegami z kolejnej klasy B-jak bezpieczeństwo*.

Uczniowie wzięli udział w kilkugodzinnych warsztatach utrwalających wiedzę z zakresu pierwszej pomocy. W programie warsztatów znalazła się resuscytacja krążeniowo-oddechowa z użyciem AED (automatycznego defibrylatora zewnętrznego), zasady postępowania z poszkodowanym nieprzytomnym z zachowanym oddechem (pozycja bezpieczna), zabezpieczenie miejsca zdarzenia i pierwsza pomoc ofiarom wypadków komunikacyjnych (m.in. chwyt Rautek'a) oraz pozoracja NZK (nagłego zatrzymania krążenia).



Tak trzeba ratować.

KN



trzy grupy wiekowe: młodzież szkolną, dorosłych i osoby starsze. Pytałem o to czy: znają skróty RKO, AED, ICE; czy potrafią wykonać resuscytację, defibrylację oraz złożyć meldunek do odpowiednich służb ratowniczych. Na podstawie zebranych przez mnie danych okazało się, że interesujące mnie który zna młodzież szkolna. Sądzę, że ma to związek z nauką EDB i przygotowaniem do lekcji. Najczęściej to dorośli sądzą, że skutecznie potrafiliby udzielić pierwszej pomocy – 55% ankietowanych. Jednak także 50% młodzieży uważa, że zrobiłoby to sprawnie. Najmniej problemów wszystkim grupom sprawiałoby wezwanie pomocy. Wdzięcznym respondentem okazała się młodzież. Być może dlatego, że to moi rówieśnicy. Byli bardzo otwarci, nie unikali odpowiedzi nawet na pytania dla nich trudne. Dorośli dość często mnie zbywali. Dlaczego? Niewykluczone, że z obawy przed odkryciem ich niewiedzy. A starsi? Z nimi było różnie. Niektórzy tłumaczyli niechęć do rozmowy brakiem czasu, inni chętnie ją ze mną podejmowali. A ja? Dowiedziałem się, że pytanie o pierwszą pomoc może być drażliwe. Tym bardziej doceniam wiedzę i umiejętności przekazywane mi na ten temat w szkole.

Dominik Golec

Skrót ICE (In Case of Emergency) oznacza „w nagłym wypadku”. Pomysł kart ICE powstał z inicjatywy włoskich ratowników, którzy zauważyli lukę informacyjną w kontakcie z rodziną i bliskimi poszkodowanych. Warto ten skrót zapisać w telefonie, uzupełniając nim dane kontaktowe z rodzicami lub innymi bliskimi osobami, które w nagłym wypadku potrafią udzielić o nas ważnych wiadomości dotyczących zdrowia.

Spotkanie to rozpoczęło cykl całorocznych szkoleń w zakresie pierwszej pomocy. Pierwszaki miały świetną okazję zasmakować tego, co czeka ich w przyszłości.

Nie żałuję, że wybraliśmy tę klasę. Zdobyte umiejętności umożliwią nam przeprowadzanie sprawnych akcji ratunkowych. Nauczyliśmy się, jak wyjmować poszkodowanego chwytem Rautek'a (na zdj. powyżej) oraz układać go w pozycji bocznej. Mogliśmy samodzielnie wykonać RKO – jest to naprawdę ciężka praca, ale satysfakcja z uratowania życia wynagradza trudy. – podzieleni się wrażeniami uczestnicy spotkania: Weronika Horyńska i Bartosz Batkowski, ratownicy z klasy 1b.

Postanowiłem sprawdzić, czy w razie nagłego zatrzymania krążenia jesteśmy bezpieczni, czy otrzymamy pomoc od przygodnych świadków? O umiejętność udzielania pierwszej pomocy zapytałem różne osoby, które spotkałem w ciągu jednego dnia. Ankietowanych podzieliłem na



Bezpieczeństwo? – Tylko z Siódemką! Uczniowie G7 z policjantami Komendy Miejskiej w Lublinie patrolowali przyszkolne ulice.

W pewne sobotnie przedpołudnie w naszym Gimnazjum odbył się finał akcji edukacyjnej **Bezpieczne przejście**. Od rana uczniowie z klasy Ie z wychowawczynią, p. Kingą Kołodziejczyk towarzyszyli patrolowi Policji z Komendy Miejskiej w Lublinie. Na przejściu dla pieszych przy zbiegu ulic Zana i Skierki przypominali zarówno pieszym jak i kierowcom o zasadach bezpiecznego poruszania się w ruchu drogowym, rozdając przy okazji okolicznościowe naklejki.

Tymczasem w sali gimnastycznej dyrektorka Katarzyna Korościk uroczystie otworzyła spotkanie poświęcone bezpieczeństwu na drogach. **Wśród gości znaleźli się p. Ewa Dumkiewicz-Sprawka, dyrektor Wydziału Oświaty i Wychowania Urzędu Miasta Lublin i p. Zdzisław Drozd, Radny Miasta Lublin.**

Jednocześnie klasa I b, realizująca innowację pedagogiczną **B – jak bezpieczeństwo**, pokazała jak należy postępować w wybranych stanach zagrożenia życia i zdrowia. Skutecznie zachęciła obecnych do ćwiczeń na fantomach. Niezwykle zaskoczenie na organizatorach i gościach wywołała pozoracja wypadku komunikacyjnego.



Bezpieczne przejście

AG

odpowiednie działania na miejscu zdarzenia. Po chwili akcję ratowniczą przejęli profesjonalści: **Podstawowy Zespół Ratownictwa Medycznego i Ratownictwo Drogowe „Szttyrlic”**. Na pomoc przyjechała jednostka **Straży Pożarnej**. Zdarzenie zabezpieczał radiowóz policyjny. Akcja przebiegła sprawnie i dynamicznie.

Było to jedyne tego typu wydarzenie w Lublinie, więc mieliśmy niepowtarzalną okazję sprawdzić swoje umiejętności – powiedział jeden z ratowników przybyłych na miejsce.

Dzięki wspólnemu, sprawnemu działaniu świadków zdarzenia i służb ratowniczych udało się pomóc wszystkim poszkodowanym. Potrzeba organizowania podobnych akcji jest oczywista i bezdyskusyjna. Zgromadzeni wokół obserwatorzy, śledząc dynamiczny przebieg akcji ratunkowej, mogli nauczyć się prawidłowego reagowania w sytuacji zdarzenia komunikacyjnego. **Pierwsze minuty decydują - szybka reakcja świadków zdarzenia może uratować życie. Nie bądź obojętny!**

Dominik Golec



Bezpieczne przejście

AG

Samochód osobowy uderzył w drzewo, na skutek czego trzy osoby zostały poszkodowane: kierowca z prawdopodobnym urazem kręgosłupa zakleszczony w pojeździe, pasażer w stanie zagrożenia życia (nagle zatrzymanie krążenia) i pasażer, który samodzielnie wydostał się z pojazdu (w szoku, z podejrzeniem złamania ręki i urazem głowy). Na ratunek ruszyła grupa pierwszej pomocy z naszego Gimnazjum, która podjęła



Bezpieczne przejście

AG

Nie wystarczy benzyna we krwi, trzeba mieć też olej w głowie.
(Anonimowy posiadacz motoru)

Wywiad z pewnym lubelskim motocyklistą

Droga dla wszystkich? W zasadzie tak. Dla pieszych, rowerzystów, kierowców aut i motocyklistów. Każdy może być jej użytkownikiem, byle tylko nie zapominał o innych. Gdy nadchodzi wiosna i właściciele motocykli z hałasem zaczynają swój sezon, wielu traktuje ich jak zło konieczne, obawiając się brawurowej jazdy. Jak ulica wygląda z perspektywy miłośnika motorów? Sprawdzić to postanowił Ernest, przepytując swojego tatę.

Ernest: Dlaczego tak szalejecie na drodze?

p. J: Nie mogę odpowiadać za wszystkich motocyklistów. To jak z kierowcami samochodów - jedni jadą agresywnie a inni spokojnie. Ja jeżdżę chopperem i na drodze między samochodami czuję się jak pszczoła wśród niedźwiedzi.

E: Jak kierowcy aut reagują na wymijanie ich słalomem?

p. J: Trąbią, pokazują środkowy palec. Najczęściej jest mało kulturalnie.

E: Na czym polega kultura motocyklistów wobec pieszych?

p. J: Moim zdaniem pieszy ma już pierwszeństwo, zbliżając się do pasów. To sygnał do zachowania szczególnej ostrożności.

E: A wobec innych motocyklistów?

p. J: Motocykliści? Pozdrawiają się i szanują bez względu na wiek.

Ernest Kawa

POWIEDZ STOP NIE TYLKO SWOIM WARIATOM DROGOWYM



Pozoracja wypadku

KN



Tour de Zemborzyce

RG

Jazda rowerem jest najczęściej tania, zawsze zdrowa i przyjemna. To taki znakomity trening sportowy, który wzmacnia siłę mięśni i wytrzymałość. Jeździmy rekreacyjnie, do pracy (czasem szybciej niż samochodem, zwłaszcza w godzinach szczytu), dla dobrego samopoczucia czy po prostu dla towarzystwa. Ale czy jeździmy bezpiecznie? Szczerze mówiąc, różnie z tym bywa. Brak rozsądku i wyobraźni zawsze stwarza zagrożenie. Jak poprawić ten stan? Stosować się do wskazówek kolegów z klasy 2 b lubelskiego Gimnazjum nr 7. Oto one:

RADY NIE OD PARADY NIE TYLKO DLA PIESZEGO ROWERZYSTY

Noś odblaski. *Roztaczaj wokół siebie światło.*

Poznaj przepisy drogowe. *Nawet, jeśli nie lubisz się uczyć.*

Zechciej je stosować! *Lenistwo to zmora, która może drogo kosztować.*

Bądź trzeźwy i przytomny. *Jasność umysłu to podstawa w każdej sytuacji.*

Nie prowokuj sytuacji konfliktowych. *Nikt nie lubi awanturników.*

Nie daj się wciągnąć w kłótnię na drodze. *Mądrzej po prostu odejść lub odjechać.*

Bierz pod uwagę warunki atmosferyczne i ich wpływ na drogę. *Nawet świetnie znana trasa może kryć niespodzianki.*

Dbaj o stan techniczny swojego pojazdu. *Higiena zawsze popłaca.*

Nie szarżuj na drodze. *Przecież wiesz: STOP WARIATOM DROGOWYM!*

Traktuj innych tak, jak chciałbyś być przez nich traktowany. *Kto lubi, gdy się z nim nie liczą?*

Rady spisane na lekcji polskiego przez 2 b.