

Bezpieczni w szkole i poza szkołą 2024

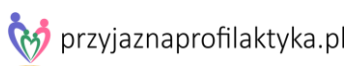
Szanowni Państwo,

Bezpieczni w szkole i poza szkołą 2024 - to nasza propozycja na wyjątkową, atrakcyjną i skuteczną profilaktykę. To materiał sezonowy, opracowany z myślą o pracy profilaktycznej w klasie i świetlicy, wsparciu edukacyjnym na gminnej lub szkolnej imprezie, pomocy w organizacji zajęć na półkolonii. To również wartościowy edukacyjnie i profilaktycznie upominek na Dzień Dziecka, zakończenie roku szkolnego lub podstawa wyprawki dla pierwszoklasistów.

Przygotowany przez naszych psychologów i pedagogów zestaw materiałów profilaktycznych zawiera: nasze autorskie gry i zabawy, bajki z kolorowanymi, opowiadania z kartami aktywności, plany lekcji, zakładki do książki, kolorowanki dla najmłodszych, gadżety oraz materiały dla rodziców.

Podstawowe cele akcji to:

- wspieranie prawidłowego rozwoju społeczno-emocjonalnego;
- kształtowanie umiejętności wyrażania, rozumienia i radzenia sobie z emocjami;
- profilaktyka uzależnień behawioralnych oraz wspieranie dzieci w zakresie bezpieczeństwa w Internecie;
- przeciwdziałanie pierwszym próbom podejmowania zachowań ryzykownych;
- profilaktyka zachowań przemocowych, rozwijanie empatii i tolerancji;
- dostarczenie podstawowej wiedzy dotyczącej bezpieczeństwa w ruchu drogowym;
- profilaktyka ryzykownych i niebezpiecznych zachowań na drodze;
- zachęcanie do rozwijania pasji i zainteresowań;
- promowanie zdrowego stylu życia;
- integracja i aktywizacja społeczna dzieci;
- wspieranie rodziców w tworzeniu dobrych relacji i efektywnej komunikacji z dzieckiem.



Zawartość pakietu:

1. Autorska gra logiczna Pamięć: Czerwone, żółte, zielone, czyli bezpieczni na drodze 2

Wiek: od najstarszych grup przedszkolnych po osoby dorosłe, które z racji wieku wcale nie mają tu przewagi.

Doskonały sposób na poznanie i utrwalenie podstawowych znaków drogowych i zasad bezpieczeństwa na drodze. Gra rozwija pamięć, koncentrację, spostrzegawczość i umiejętność kojarzenia.



2. Autorskie puzzle *Słowa budują nasze szkoły. Buduj z dobrych cegieł!*

Wiek: od najmłodszych klas szkoły podstawowej

Profilaktyka zachowań przemocowych oraz kształtowanie empatii i tolerancji.

Puzzle rozwijają sprawność manualną, logiczne myślenie oraz wyobraźnię przestrzenną.

Ćwiczą skupienie i koncentrację, pozwalają się wyciszyć. Doskonają umiejętność komunikacji i pracy w zespole.

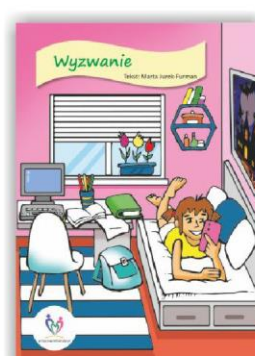
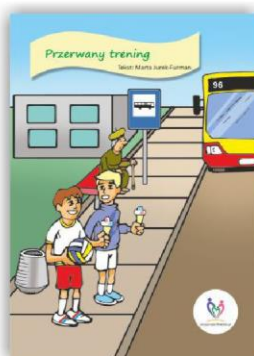


3. Opowiadania i bajki profilaktyczne, dowolny wybór z 11 dostępnych tytułów:

Grupy przedszkolne – III klasa szkoły podstawowej




IV – VIII klasa szkoły podstawowej




4. Zakładki do książek dwustronne, dowolny wybór z 9 dostępnych tematów:

<p>POWSZECHNA DEKLARACJA PRAW CZŁOWIEKA Artykuł 3</p> <p>„Każdy człowiek ma prawo do życia, wolności i bezpieczeństwa swej osoby”.</p> 	<p>Każde uzależnienie – od papierosów, alkoholu czy narkotyków – zabiera Ci wolność, zdrowie, bezpieczeństwo, a często nawet życie.</p> <p>CZY WARTO? MASZ WYBÓR. DECYDUJ. TO TWOJE ŻYCIE!</p>	<p>Zanim wrzucisz to zdjęcie do sieci – POMYŚLI!</p> <p>Czy na pewno?</p> 	<p>Nie daj się złapać w sieć ... uzależnienia od sieci.</p>  <p>W życiu zawsze dobrze jest, gdy istnieje równowaga, dlatego warto czasem się wylogować.</p>	<p>Druga Dzieci! Każde z Was potrzebuje ruchu na świeżym powietrzu. To wtedy Wasze ciała nabierają mocy, sprawności i energii.</p> <p>SZKOŁA</p> <p>Spokojnie się w sobie?</p> 	<p>WYLOGUJ SIĘ!</p>  <p>CZAS NA ZABAWĘ!</p>	<p>Uzależnienie zawsze utrudnia życie i oddala Cię od bliskich. Nie powoli na to!</p>  <p>Wspólnie pomożemy szybko, skutecznie i za darmo rozwiązać problem. 800 889 880. Lutylistwa 10/100-12 041. lub pisać do poradni online: poradnia@uzaleznieniabehavioralne.pl</p>
---	---	--	---	---	---	--

<p>Z ENERGIA BEZ ENERGETYKÓW!</p> 	<p>Esik naturalnego pobudzenia może dać Ci aktywność sportowca!</p> <p>To zdrowe i tanie alternatywa dla Twojego organizmu, bez skutków ubocznych!</p> <p>Aktywność fizyczna powoduje wydzielanie endorfin zwanymi hormonami szczęścia.</p> <p>Czy wiesz, że ...</p> <p>Razem energetyzator może wykonać więcej ciekrych, leśnych i rozmarzeń! Konserwacja. Ich częste spożywanie może doprowadzić m. in. do stanów lekowych, problemów ze snem, zaburzeń zachowania, może też wpływać na rozwój umysłu.</p>	<p>Złość jest jak ogień. Czasem rozpala się powoli, a czasem wybucha.</p> 	<p>Złość jest nam potrzebna. Informuje nas, że coś jest nie tak, jakbyśmy tego chcieli. Dobrze jest uczyć się pokazywać swoją złość tak, by nie ranić innych.</p> <p>A co Tobie pomaga poradzić sobie ze złością?</p> <ul style="list-style-type: none"> ◊ Zjedzenie czegoś pysznego ◊ Napicie się wody ◊ Pobieganie ◊ Pożucanie w miejscu ◊ Schowanie się gdzieś, gdzie nikt nie będzie Ci przeszkadzał ◊ Odgrywanie waleczy ◊ Może masz swoje sposoby? 	<p>KĄŻDY Z NAS JEST WYJĄTKOWY</p> 	<p>W szkole i w zaborwie jest miejsce dla każdego. Jesteśmy tolerancyjni, nasz Drogi Kolego!</p> 	<p>Zmierzch polny (od)Wiatku</p> <p>Obduktowa Instrukcja, temat, karności i ten podobny po prostu, niechcimy bezpieczeństwa naszych i naszych na drodze.</p> <p>Druga odwołaniem przez czy inwentarza po nadmiernej karności, niechcimy dla karnych podobnie!</p> 	<p>Ostrożnie przez pasy, kolego z naszej klasy!</p> <p>WARTO ZAPAMIĘTAĆ, ŻE ODERWANIE WZROKU OD DROGI I WYJAZD NA KRAJANIE SŁOJNO, KTOŚ PRZECHODZIŁ PRZEZ JEDNĄ CZY TOROWISKO, MOŻE ZDECYDOWAĆ O CAŁYM TWOIM ŻYCIU!</p> <p>Nawet jeśli przechodzisz na jaśniejszym świetle, poprosi o zatrzymanie (karności, policja, straż posarna), jadąc z włączonymi sygnalami świetlnymi i dźwiękowymi, mogą planować!</p> 
--	---	--	--	--	--	--	---

SZKOŁA Depresja może być jednym z przystanków, po którym ruszysz dalej.



Jestli podejrzewasz u siebie depresję, porozmawiaj z rodzicami, zgłoś się po pomoc do psychologa szkolnego lub zadzwoni pod numer infolinii:

Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży: tel. 116 111
Telefon jest bezpłatny, anonimowy, całonocny i dyskretny: www.116111.pl

Dziękujemy! Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka: tel. 800 121 212
Telefon jest bezpłatny, całonocny, czynny 7 dni w tygodniu.

Amalgamacyjny Telefon Zaufania: tel. 22 484 88 01
Działny powszechnie: poniedziałki i wtorki w godzinach 15:00 – 20:00: www.stopdepresji.pl

5. Plany lekcji dwustronne, dowolny wybór z 4 dostępnych rodzajów:
Rozmiar A4

Temat	Wzrost	Siła	Wytrzymałość	Prędkość
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				



Mając gonić, nie daj się oszukać i nie bój się! Bądź wyjątkowo! Chodź do szkoły i sportuj się z radością! Spróbuj zrobić coś nowego! Zagraj w gry i odkryj świat! Zrób coś fajnego!

Postaw sobie konkretne cele, które mogą Ci pomóc:

- rób sobie planowane przerwy od telefonu;
- wyjeżdżaj z rodziną;
- nie dawaj się oszukać, odnieś powagę i wytrzymaj się z bólu;
- bądź o swój wiek (nie bój się zaskoczyć i nie bój się);
- wyjeżdżaj do różnych miejsc i odkryj świat; nie bój się zaskoczyć i nie bój się;
- rób coś fajnego, spróbuj coś nowego.

Temat	Wzrost	Siła	Wytrzymałość	Prędkość
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				



Prędkość to nie wszystko! Wytrzymałość to nie wszystko! Siła to nie wszystko! Wzrost to nie wszystko! Prędkość to nie wszystko! Wytrzymałość to nie wszystko! Siła to nie wszystko! Wzrost to nie wszystko!

Prędkość to nie wszystko! Wytrzymałość to nie wszystko! Siła to nie wszystko! Wzrost to nie wszystko! Prędkość to nie wszystko! Wytrzymałość to nie wszystko! Siła to nie wszystko! Wzrost to nie wszystko!

1a. Siła	Prędkość	1b. Siła	Wzrost	1c. Siła	Siła
1		1		1	
2		2		2	
3		3		3	
4		4		4	
5		5		5	
6		6		6	
7		7		7	
8		8		8	
9		9		9	
10		10		10	



14 ZASAD ASERTYWNOSCI

Prędkość	Wzrost	Siła	Wytrzymałość	Prędkość
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				



PRZEMOC Nie lubimy, jak przychodzi do Ciebie przemoc. Nie lubimy, jak przychodzi do Ciebie przemoc. Nie lubimy, jak przychodzi do Ciebie przemoc.

MOC Czasami ludzie mówią, że mają moc. Czasami ludzie mówią, że mają moc. Czasami ludzie mówią, że mają moc.

1a. Siła	Prędkość	1b. Siła	Wzrost	1c. Siła	Siła
1		1		1	
2		2		2	
3		3		3	
4		4		4	
5		5		5	
6		6		6	
7		7		7	
8		8		8	
9		9		9	
10		10		10	

Pamiętaj, to Ty budujesz świat, w jakim chcesz żyć.



Ciebie słuchają, słuchają komentarza, odczytują twój...
Nikt nie chce być ich adresem.

Zanim coś napiszesz to się, pomyśl, czy nie spróbuj tym komuś przykroć.

Prędkość	Wzrost	Siła	Wytrzymałość	Prędkość
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				



Tu jest moje „STOP”

Czasami chcemy być bliżej kogoś, a niekiedy nie jest nam z tym komfortowo. Pamiętaj, to Ty decydujesz, jak blisko chcesz podejść do drugiej osoby.

1a. Siła	Prędkość	1b. Siła	Wzrost	1c. Siła	Siła
1		1		1	
2		2		2	
3		3		3	
4		4		4	
5		5		5	
6		6		6	
7		7		7	
8		8		8	
9		9		9	
10		10		10	

PLANY NA DZISIAJ?



WIECZ O SWIAT Potrzebuj energii, aby być zdrowym.

SPRAWCZAN Potrzebuj skupienia, aby być zdrowym.

WYTRZYMAŁOŚĆ Potrzebuj wytrzymania, aby być zdrowym.

Prędkość	Wzrost	Siła	Wytrzymałość	Prędkość
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

To, co jest dla Ciebie ważne, to jest dla Ciebie ważne. To, co jest dla Ciebie ważne, to jest dla Ciebie ważne.

Bądź swoim przyjacielem, dbaj o siebie.

- Znajdź swój rytm.
- Codziennie rano rób ćwiczenia.
- Pamiętaj o soku wody.
- Pij mleko, albo zastąp je jogurtem lub kefirem.
- Chętnie wybieraj orzechy, orzeski i bakalie zamiast ciasteczek.
- Lubię chodzić, biegać i spacerować się po parku i w lasach.

6. Kolorowanka profilaktyczna dla dzieci *Zagrajmy!*

Rozmiar A4 złożony do A5

Strona 1



Strona
2-3



Strona 4



7. Ulotka profilaktyczna dla rodziców *Dobra i silna więź z dzieckiem*

Rozmiar DL, 6 stron

Strona 1

Dobra i silna więź z dzieckiem to jego ubezpieczenie na całe życie. Zainwestuj swój czas, a nie pieniądze.

ZAUF AJ SOBIE

Jesteś kompetentnym rodzicem, ekspertem od swojego dziecka.

Strony 2-3-4

Nie twórz tabu z żadnej emocji — każda czemuś służy. Nie ma emocji dobrych i złych, pozytywnych i negatywnych. **Wszystkie emocje są nam potrzebne. Emocje to informacja dla nas.** Problemy emocjonalne i trudności w tym zakresie są fundamentem, na którym zbudowane jest niemal każde uzależnienie. Rozmowa z dzieckiem powinna stanowić codzienny rytuał, taki sam jak mycie zębów czy posiłek.

Zamiast słuchać półowicznie... **Poświęć dziecku uwagę.**

Strona 5

Rodzic swoim zachowaniem pokazuje, jak radzić sobie w różnych trudnych sytuacjach.

W domu, gdzie złość i napięcie rozładowuje się poprzez użytki (wieczorne piwo, papierosy, nałogowe oglądanie telewizji) trudno o kopię takich zachowań u dziecka.

Strona 6

Asertywność stanowi podstawową umiejętność w sytuacji, gdy trzeba oprzeć się naciskom w życiu społecznym, na przykład w sprawie papierosów, alkoholu czy narkotyków.

zapal lęknij sobie przyćpaj

dziękuję - **NIE!**

Rodzicu, naucz swoje dziecko mówić **NIE**

8. Zawieszka odblaskowa: „Wróbelek”



9. Gra/zabawa zręcznościowa: FRISBEE



10. Gra/zabawa zręcznościowa: TARCZA I RZUTKI NA RZEPY



Bezpieczni w szkole i poza szkołą 2024 – zawartość i cena pakietu DUŻEGO:

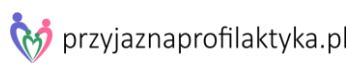
1. Autorska gra logiczna PAMIĘĆ (MEMORY):
Czerwone, żółte, zielone, czyli bezpieczni na drodze 2. 4 sztuki
2. Autorskie puzzle *Słowa budują nasze szkoły. Buduj z dobrych cegieł! 4 sztuki*
3. Opowiadanie i/lub bajka profilaktyczna z kolorowanką dla dzieci z grup przedszkolnych do III klasy szkoły podstawowej oraz opowiadanie profilaktyczne dla dzieci z klas IV-VIII.
Do wyboru z 11 dostępnych tytułów, może być mix tytułów. **80 sztuk**
4. Zakładka dwustronna do książki. Do wyboru z 10 dostępnych tematów. **80 sztuk**
5. Plan lekcji dwustronny. Do wyboru z 4 dostępnych wzorów. **80 sztuk**
6. Kolorowanka profilaktyczna dla dzieci *Zagrajmy! 100 sztuk*
7. Ulotka dla rodziców *Dobra i silna więź z dzieckiem. 100 sztuk*
8. Zawieszka odblaskowa "Wróbelek". **40 sztuk**
9. Gra/zabawa zręcznościowa: frisbee. **6 sztuk**
10. Gra/zabawa zręcznościowa: tarcza z rzutkami na rzepy. **2 sztuki**
Cena DUŻEGO pakietu: 1900 zł netto / 2337 zł brutto

Bezpieczni w szkole i poza szkołą 2024 – zawartość i cena pakietu MAŁEGO:

1. Autorska gra logiczna PAMIĘĆ (MEMORY):
Czerwone, żółte, zielone, czyli bezpieczni na drodze 2. 2 sztuki
2. Autorskie puzzle *Słowa budują nasze szkoły. Buduj z dobrych cegieł! 2 sztuki*
3. Opowiadanie i/lub bajka profilaktyczna z kolorowanką dla dzieci z grup przedszkolnych do III klasy szkoły podstawowej oraz opowiadanie profilaktyczne dla dzieci z klas IV-VIII.
Do wyboru z 11 dostępnych tytułów, może być mix tytułów. **40 sztuk**
4. Zakładka dwustronna do książki. Do wyboru z 10 dostępnych tematów. **40 sztuk**
5. Plan lekcji dwustronny. Do wyboru z 4 dostępnych wzorów. **40 sztuk**
6. Kolorowanka profilaktyczna dla dzieci *Zagrajmy! 50 sztuk*
7. Ulotka dla rodziców *Dobra i silna więź z dzieckiem. 50 sztuk*
8. Zawieszka odblaskowa "Wróbelek". **20 sztuk**
9. Gra/zabawa zręcznościowa: frisbee. **3 sztuki**
10. Gra/zabawa zręcznościowa: tarcza z rzutkami na rzepy. **1 sztuka**
Cena MAŁEGO pakietu: 950 zł netto / 1168,50 zł brutto

- Zamawiający nie ponosi kosztów wysyłki.
- **Niniejsza oferta nie jest ograniczona czasowo, ale jest ofertą limitowaną.** Zastrzegamy sobie możliwość zakończenia sprzedaży w momencie wyczerpania nakładu.
- Breloczki, gra/zabawa zręcznościowa frisbee i gra/zabawa zręcznościowa tarcza z rzutkami nie posiadają znakowania, aby mogły być wykorzystane na dowolną okoliczność i w dowolnym czasie.

Zapraszamy do skorzystania z oferty.



przyjaznaprofilaktyka.pl

tel. 12 222 00 21, kom. 726 038 683, biuro@przyjaznaprofilaktyka.pl

UPP Reditus Sp. z o.o., 31-511 Kraków, ul. Rakowicka 10 B/4 NIP: 6751665944, KRS: 0000750745