**ESKULAPIADA MIEJSKA W TYCHACH**

**Edycja II**

**Organizator:** Zespół Szkół im. Orląt Lwowskich w Tychach ZDZ w Katowicach,   
ul. Budowlanych 156 przy współpracy WKU Tychy oraz Centrum Powiadamiania Ratunkowego w Katowicach

**Miejsce:** Zespół Szkół im. Orląt Lwowskich w Tychach ZDZ w Katowicach,   
ul. Budowlanych 156 (budynek A – test wiedzy teoretycznej, budynek B i skwer – testy praktyczne)

**Termin:** 03.04.2023 r. (poniedziałek) – godz. 8.00 weryfikacja drużyn, godz. rozpoczęcia 9.00, godz. zakończenia w zależności od ilości drużyn.

**Zespół:** 3 osobowe drużyny mieszane

**Kategoria wiekowa:** przedstawiciele klas 7 i 8 szkół podstawowych

**Nagrody:** Puchary dla najlepszych drużyn, dyplomy, medale, nagrody rzeczowe

Eskulapiada to umowna nazwa  Olimpiady Promocji Zdrowego Stylu Życia. Obejmuje swym zakresem wiedzę o zdrowym stylu życia, pierwszą pomoc przedmedyczną oraz historię PCK.  Zgodnie z regulaminem olimpiady powinna ona sprawdzać wiedzę teoretyczną uczestników na temat:  
•    istniejących zagrożeń zdrowotnych oraz sposobów ochrony i doskonalenia zdrowia,  
•    zasad utrzymywania higieny osobistej i otoczenia ze szczególnym uwzględnieniem

zdrowia i higieny jamy ustnej,  
•    zasad zdrowego żywienia,  
•    znaczenia aktywności ruchowej dla zdrowia człowieka,  
•    prawidłowego rozkładu dnia ucznia i odpowiednich sposobów wypoczynku,  
•    problematyki uzależnień od nikotyny, alkoholu i narkotyków,  
•    zapobiegania chorobom zakaźnym ( szczególnie HIV/AIDS) oraz cywilizacyjnym,  
•    zapobiegania urazom i wypadkom ( w domu, w szkole i na drodze),  
•    zasad udzielania pierwszej pomocy,  
•    podstawowych wiadomości o Ruchu Czerwonego Krzyża i Czerwonego Półksiężyca w tym wiedzy o PCK.

oraz praktyczną:

* przenoszenie rannego na noszach
* zasady udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej w tym: zasady bezpieczeństwa, pozycja boczna bezpieczna, resuscytacja krążeniowo-oddechowa, bandażowanie
* tor sprawności fizycznej  
    
  Zgłoszenia do udziału w konkursie proszę kierować do Zespołu Szkół im. Orląt Lwowskich w Tychach ZDZ w Katowicach, ul. Budowlanych 156, 43-100 Tychy, tel. 32 / 327-08-80, e-mail: [s-tychy@zdz.katowice.pl](mailto:s-tychy@zdz.katowice.pl) do dnia 24.03.2023 r. godz.12.00