REGULAMENTUL

pentru organizarea și desfășurarea concursului pentru sănătate și prim ajutor „Sanitarii pricepuți”

Societatea Națională de Cruce Roșie din România,

Director general a.i., Adrian Halpert

Ministerul Educației și Cercetării,

Secretar de stat, Ionel-Florian Lixandru

Ministerul Sănătății

Ministru, Prof. univ. dr. Alexandru Rafila

Inspectoratul General pentru Situații de Urgență

Inspector General, General Dan-Paul Iamandi

2025

REGULAMENTUL
pentru organizarea şi desfăşurarea concursului pentru sănătate şi prim ajutor „Sanitarii pricepuţi”

Concursul pentru sănătate şi prim ajutor „Sanitarii pricepuţi” este organizat de **Societatea Naţională de Cruce Roşie din România**, împreună cu **Ministerul Educaţiei şi Cercetării, Ministerul Sănătăţii şi Inspectoratul General pentru Situaţii de Urgenta.**

Atribuţiile ce revin fiecăreia dintre instituţiile menţionate pot fi detaliate în cuprinsul unor protocoale încheiate între acestea şi SNCRR.

În vederea organizării concursului în cele mai bune condiţii şi pentru alocarea de resurse cât mai variate, Societatea Naţională de Cruce Roşie din România va atrage de asemenea fonduri din sponsorizări sau va încheia parteneriate cu instituţii relevante (de ex: clinici medicale, instituţii de învăţământ privat etc.)

I. SCOPUL SI OBIECTIVELE

Concursul se adresează elevilor din ciclul gimnazial şi liceal cu scopul de a promova instruirea în domeniile: primul ajutor şi educaţie pentru sănătate, şi vizează atingerea următoarelor obiective:

- însuşirea cunoştinţelor de bază despre Mişcarea Internaţionala de Cruce Roşie şi Semilună Roşie, despre istoria Societăţii Naţionale de Cruce Roşie din România, despre Principiile Fundamentale ale Crucii Roşii precum şi pe cele privind prevenirea accidentelor şi a deprinderilor practice pentru acordarea corectă a primului ajutor de bază* – *„efectuarea unor acţiuni salvatoare de viaţă unor persoane care au suferit o accidentare sau îmbolnăvire acută, de către persoane fără pregătire medicală, fără utilizarea unor echipamente specifice acestui scop”*(Legea nr.95/2006 privind reforma în domeniul sănătăţii, cu modificările şi completările ulterioare).

(*Toate referirile la primul ajutor din prezentul document fac trimitere la primul ajutor de baza.)

- dezvoltarea sentimentului solidarităţii umane fată de cei aflaţi în suferinţă;
- păstrarea şi îmbunătăţirea sănătăţii fizice;
- promovarea ocrotirii mediului înconjurător;
- dobândirea de cunoştinţe şi abilităţi de acţiune în cazul unor situaţii de urgenţă.

Societatea Naţională de Cruce Roşie din România
str. Biserica Amzei nr. 29,
sector 1, 010393 Bucureşti
tel: 317 0559, 317 6006
fax: 312 8452
web: www.crucearosie.ro

II. PARTICIPAREA

La concurs poate participa, benevol, orice elev din învățământul gimnazial (cl. V-VIII) și liceal (cl. IX-XII), sub coordonarea unui cadru didactic/îndrumător din unitatea școlară de proveniență a elevilor.

La concurs pot participa elevi din unități școlare de stat sau private, autorizate conform legislației în vigoare.

Nu sunt acceptate echipaje formate din elevi proveniți de la diferite unități școlare, grupate sub egida unor Cluburi școlare sau Cluburi de Excelență etc.

III. SISTEMUL DE ORGANIZARE

Concursul vizează atingerea următoarelor obiective:

3.1. Formarea și certificarea cadrelor didactice/îndrumătorilor în domeniul primului ajutor. Cadrele didactice/îndrumătorii interesați să pregătească elevi, vor participa la cursurile de prim ajutor și webinariile organizate de Crucea Roșie Română și vor fi certificate corespunzător.

Formarea gratuită a cadrelor didactice în domeniul primului ajutor este responsabilitatea filialelor județene de Cruce Roșie din România. Participanții la aceste cursuri de prim ajutor vor fi obligați să semneze un angajament de pregătire, instruire și participare la concursul Sanitarii Pricepuți cu echipajul format. În caz contrar cadrul didactic va fi obligat să plătească filialei de Cruce Roșie costul cursului de Prim ajutor la care a participat.

Cadrele didactice astfel pregătite vor organiza în unitățile școlare din învățământul preuniversitar, în care își desfășoară activitatea, clubul „Sanitarii pricepuți".

3.2 Promovarea concursului în școli: debutează la începutul anului școlar, prin distribuirea de către voluntarii de Cruce Roșie fizic și prin mijloace online, de materiale informative și a bibliografiei concursului „Sanitarii Pricepuți". În aceeași perioada Ministerul Educației va transmite către Inspectoratele Școlare Județene informări adresate unităților șocare de pe raza județelor, cu privire la organizarea concursului.

3.3 Formarea echipajelor și pregătirea elevilor:

Echipajul Sanitarii Pricepuți este format din **5 elevi** din același ciclu de învățământ (gimnazial sau liceal).

Pregătirea elevilor este realizată de cadrul didactic/îndrumătorul instruit și sprijinit de către filiala de Cruce Roșie, în colaborare cu conducerea unității școlare. Crucea Roșie Română pune la dispoziția elevilor și profesorilor participanți la clubul

Societatea Națională de Cruce Roșie din România
str. Biserica Amzei nr. 29,
sector 1, 010393 București
tel: 317 0559, 317 6006
fax: 312 8452
web: www.crucearosie.ro

"Sanitarii Pricepuți" platforma educațională www.sanitariipriceputi.ro unde vor putea fi accesate: calendarul de pregătire, Manualul de prim ajutor, Manualul de educație pentru sănătate al Crucii Roșii Române, materiale de suport (quizz, filmulețe, prezentări) precum si webinarii tematice.

Înscrierea echipajelor în concurs se face doar pe site-ul www.sanitariipriceputi.ro de către profesorul coordonator/îndrumător până la data specificată pe site, în fiecare an de concurs.

Profesorul coordonator/ îndrumătorul are obligația să ia legătura cu filiala de CRR din județul din care provine pentru a stabili detalii de pregătire a fazelor intermediare ale concursului.

3.4. Competitia se va organiza în etape:

3.4.1 Etapa 1, județeană/sector, se organizează în perioada **aprilie - mai**, în funcție de situația epidemiologica națională, și de numărul de echipaje doritoare, în format față în față sau online, de către filiala județeană a Crucii Roșii Române, respectiv filiala de Sector a Municipiului București în colaborare cu Autoritățile Publice partenere ale CRR (*organele sanitare locale și Inspectoratele Județene pentru Situații de Urgenta)*.

Fiecare școala înscrisă în competiție poate participa la etapa județeană/ intermediară, cu câte un echipaj pentru fiecare nivel de studiu (gimnaziu și/sau liceu).

În condițiile în care la nivelul unei școli, se formează mai multe echipaje Sanitarii Pricepuți, se organizează de către Filiala CRR și unitatea de învățământ o etapă de selecție pe școală respectând aceleași reguli de organizare ca și în etapele următoare, cu excepția juriului, care poate fi format din 3 membrii, voluntari CRR și cadre didactice instruite în domeniul primului ajutor de bază.

În funcție de specificul fiecărui județ, filialele de Cruce Roșie pot organiza etape intermediare de concurs (pe oraș, subfiliale etc.)

Toate etapele de concurs se vor organiza anual.

3.4.2 Etapa națională

Se organizează anual, în format față în față sau online, alternativ pentru fiecare ciclu de învățământ: gimnazial/liceal, în vacanța de vară, de către Societatea Națională de Cruce Roșie din România, în colaborare cu Ministerul Educației, Ministerul Sănătății și Inspectoratul General pentru Situații de Urgenta.

Participă echipajele câștigătoare ale primului loc la etapa județeană/sector din ciclul pentru care are loc etapa națională.

Societatea Națională de Cruce Roșie din România
str. Biserica Amzei nr. 29,
sector 1, 010393 București
tel: 317 0559, 317 6006
fax: 312 8452
web: www.crucearosie.ro

Echipajele desemnate pentru faza națională reprezintă, în concurs, filiala de Cruce Roșie din care provin și in mod obligatoriu filiala este responsabilă de pregătirea lor.

Echipajul de concurs la etapa națională va cuprinde **5 elevi** și cadrul didactic/îndrumătorul. În cazuri excepționale, cadrul didactic/îndrumătorul poate fi înlocuit de un reprezentant al filialei de Cruce Roșie din județul respectiv, agreat de unitatea școlară din care provin elevii participanți la concurs.

Formatul de concurs (fizic sau online) se va stabili în funcție de reglementările legislative în vigoare privind organizarea concursurilor școlare și de situația epidemiologică din țară.

Organizarea online a etapei se va face pe centre regionale de concurs, asumate de către filiale de Cruce Roșie care vor fi responsabile de stabilirea locației și vor asigura tehnica necesară transmiterii online a prestației elevilor.

Ministerul Educației prin Inspectoratele Școlare Județene, va suporta cheltuielile de transport pentru participarea echipajelor la etapa națională și, în condițiile în care concursul se organizează online, la festivitatea de premiere ce va avea loc in format fizic.

Societatea Națională de Cruce Roșie din România va suporta toate cheltuielile legate de cazarea și masa participanților din județe și sectoare ale Municipiului București, precum și cheltuielile suplimentare. Prin cheltuieli suplimentare se înțelege: cazarea și masa membrilor juriului și a delegaților Societății Naționale de Cruce Roșie din România, cheltuieli pentru premii și confecționarea de uniforme pentru participanți, cheltuielile pentru tipărirea diplomelor, cheltuieli pentru realizarea unor materiale de promovare a concursului, alte cheltuieli.

Cheltuielile Societății Naționale de Cruce Roșie din România se acoperă din sumele acordate de la bugetul de stat prin legea bugetară anuală, în temeiul art. 16 din legea 139 /1995 privind organizarea și funcționarea Crucii Roșii Române, cu modificările și completările ulterioare, din donații și sponsorizări.

IV. REGULAMENTUL DE DESFĂȘURARE A CONCURSULUI

Participanții la concurs (membri de echipaj, însoțitori, reprezentanți ai filialelor SNCRR, suporteri, organizatori, membri ai juriului) sunt obligați să respecte prevederile Codului de Conduită al Competiției Sanitarii Pricepuți, enunțat în Anexa 5 la prezentul regulament.

Nerespectarea acestui cod, va fi sesizată în scris conducerii SNCRR și poate atrage după sine neparticiparea filialei pe care o reprezintă persoana/echipajul la competiția din anul următor iar pentru organizatori, membri ai juriului, neimplicarea în desfășurarea competițiilor următoare.

4.1. Proba teoretică. La toate etapele concursului, se organizează o testare a cunoştinţelor teoretice acumulate de elevi, pe baza tematicii orientative din anexa nr. 1.

Testul grilă va cuprinde 19 întrebări, cu trei răspunsuri pentru fiecare întrebare, din care numai unul va fi corect, urmând ca participanţii să aleagă răspunsul bun. La diferitele etape ale concursului, juriul poate decide ca niciuna din variantele de răspuns să nu fie corecte. Fiecare răspuns corect va fi notat cu 1 punct (plus 1 pct. din oficiu). Întrebările vor fi aceleaşi pentru toţi concurenţii din acelaşi ciclu. Răspunsurile la întrebările formulate în test vor fi date de întreaga grupă, prin consultare, în maximum 15 minute. În mod obligatoriu testul va cuprinde 3 întrebări din istoricul Crucii Roşii şi Principiile Mişcării Internaţionale de Cruce Roşie, 10 întrebări din temele de educaţie pentru sănătate şi 6 întrebări din tematica de prim ajutor.

Cel puţin pentru etapa naţională a concursului se vor elabora mai multe variante de întrebări, conţinutul final al testului teoretic fiind stabilit prin tragere la sorţi, public, de către preşedintele juriului.

Organizarea testării teoretice se poate face simultan (toate echipajele în acelaşi timp) sau succesiv (ca fiind prima proba din concursul ce se va desfăşura cu mai multe staţii de evaluare), în funcţie de specificul fiecărei filiale de Cruce Roşie.

Modalitatea de organizare a testării teoretice va fi anunţată la şedinţa tehnică.

Organizatorii se vor asigura că toţi participanţii au acces la testul corect şi/sau dispozitive electronice de completare (puse la dispoziţie de organizatori).

4.2. Proba practică

Fazele intermediare şi judeţene vor cuprinde unul sau mai multe scenarii, cu un număr minim de **2 victime**.

Faza naţionala a concursului va cuprinde unul sau mai multe scenarii, cu un număr minim de **3 victime**.

Scenariile de evaluare a cunoştinţelor de acordare a primului ajutor, vor cuprinde în mod obligatoriu un caz de stop cardio-respirator ce necesită resuscitare.

În plus, la faza naţională, obligatoriu una din victime va manifesta o reacţie emoţională complexă care va necesita prim ajutor psihologic.

Scenariile vor fi stabilite de juriul concursului, din tematica orientativă din anexa 1.

Proba practică trebuie executată de membri întregului echipaj şi va cuprinde **inclusiv predarea accidentaţilor serviciilor specializate**. Venirea serviciilor de urgenţă va fi anunţată de preşedintele juriului.

Timpul de executare a probei practice va fi stabilit de echipa de organizare a competiţiei în funcţie de modul de organizare al cazurilor (simultan sau succesiv), şi va

Societatea Naţională de Cruce Roşie din România
str. Biserica Amzei nr. 29,
sector 1, 010393 Bucureşti
tel: 317 0559, 317 6006
fax: 312 8452
web: www.crucearosie.ro

fi cuprins între 6-10 min/ fiecare caz (scenariu) în parte. Timpul de executare al probei va fi anunțat la sedința tehnică.

Proba practică se va organiza în aer liber sau pe un teren care să poată asigura buna desfășurare a competiției. În cazul în care vremea nu permite acest lucru, proba practică se va organiza într-un spațiu adecvat – sala de sport, sala de conferință etc.

Victimele vor fi persoane pregătite în prealabil, care să știe să reacționeze ca într-o situație reală.

Juriul va avea în vedere stabilirea unui nivel unitar al gradului de dificultate a probei practice pentru toate echipajele participante, în situația în care se optează pentru scenarii diferite la fiecare echipaj.

Organizatorii vor avea în vedere stabilirea unor circuite separate pentru echipajele care intră la proba practică și pentru cele care încheie proba practică.

În cazul organizării concursului în format online, juriul de concurs va fi situat la Sediul central al Crucii Roșii Române și va urmări prestația echipajelor prin mijloace media. Centrele regionale de concurs vor fi dotate în mod obligatoriu cu 2 camere de luat vederi amplasate în sală astfel încât sa surprindă cât mai corect întreaga prestație și să transmită online imagini atât cu victimele cât și cu prestația fiecărui membru al echipajului.

NB: pentru detalii referitoare la organizarea și desfășurarea celor două probe de concurs, se va studia, de asemenea, anexa 4 la prezentul regulament.

4.3. Juriul concursului

4.3.1. Juriul va fi format din 3 persoane la etapa de selecție pe școală și din 3-6 persoane la etapele superioare. Membrii juriului, la toate etapele de concurs, vor fi selectați din rândul persoanelor familiarizate (cu experiență) în derularea acestei competiții: formatori ai filialelor de Cruce Roșie în domeniul acordării primului ajutor, cadre didactice certificate în acest domeniu, cadre medicale. Din partea partenerilor vor fi prezenți cel puțin 2 reprezentanți în componența juriului.

4.3.2. Nu pot face parte din juriu persoanele care au un grad de rudenie cu membri echipajelor aflate în concurs sau care au pregătit echipaje aflate în concurs.

4.3.3. La etapa de selecție pe școală, testarea echipajelor va fi făcută de cadre didactice certificate în domeniul acordării primului ajutor/educație pentru sănătate.

4.3.4. La etapele superioare juriul va fi format din reprezentanți ai instituțiilor care colaborează la organizarea concursului (cel puțin 2 reprezentanți dintre cei 3 parteneri), de preferat medici sau profesori de biologie și de educație fizică și sport din rândul celor certificați de Crucea Roșie, cu experiență în pregătirea elevilor și în jurizare. Președintele juriului va fi, în mod obligatoriu, un medic care are cel puțin un an

de experienţă ca voluntar de Cruce Roşie, ca membru în juriul competiţiilor de prim ajutor la etape judeţene sau naţionale.

La etapa naţională, juriul va fi format din 6 membri: preşedintele juriului şi 5 membri. Cel puţin unul dintre membri va avea cunoştinţe avansate de prim ajutor psihologic.

4.3.5. Punctajul obţinut va fi comunicat echipajului de către preşedintele juriului, imediat după terminarea probei practice, însoţit de justificare, urmând ca şeful de echipaj să contrasemneze luarea la cunoştinţă a punctajului obţinut.

Eventualele observaţii ale echipajului, referitoare la punctajul obţinut la proba practică, se vor comunica preşedintelui de juriu, de către şeful de echipaj, pe loc, înainte de semnarea de luare la cunoştinţă, urmând ca pe cale amiabila să se rezolve eventualele inadvertenţe.

Pentru desfăşurarea online a concursului, filialele CRR organizatoare vor asigura un juriu local format din 3 membri, în aceleaşi condiţii menţionate anterior. Prin urmare, în varianta online, prestaţia echipajelor va fi evaluată de două echipe de juraţi, una locală şi una la nivel naţional.

4.4. Notarea

- *la proba teoretică,* se face prin sistemul de notare de la 1 la 20, abordându-se câte un punct pentru fiecare răspuns corect, plus un punct din oficiu. Suma punctelor obţinute reprezintă nota la proba teoretică. În cazul organizării online a concursului, corectarea testului se va face în mod automat. Rezultatele la proba teoretică se vor afişa/comunica în cel mai scurt timp după terminarea acesteia, într-un loc vizibil şi după caz prin email, whatsapp, către însoţitorii echipajelor sau către filiala organizatoare. Contestaţiile se pot depune, la preşedintele juriului de către şeful de echipaj, în timp de 1 oră de la afişarea rezultatelor. Acestea vor fi analizate de către juriul de concurs după încheierea termenului de depunere a contestaţiilor, rezultatele finale fiind comunicate şi afişate în cel mai scurt timp.
- *la proba practică*, se face pornind de la nota de bază 10, pentru fiecare din cele 2-3 victime, din care vor fi scăzute punctele de penalizare, conform anexei nr. 3.

Membrii juriului vor aprecia calitatea prestaţiei echipajelor în acordarea primului ajutor, siguranţa deciziei şi a gesturilor de prim ajutor, iar preşedintele juriului prezentarea în faţa juriului, ţinuta, disciplina în intervenţie, anunţarea cât mai rapidă şi cât mai completă a accidentului către serviciile de urgenţă prespitalicească, prin apelarea Numărului Unic de Urgenţă 112.

Societatea Naţională de Cruce Roşie din România
str. Biserica Amzei nr. 29,
sector 1, 010393 Bucureşti
tel: 317 0559, 317 6006
fax: 312 8452
web: www.crucearosie.ro

Echipajele care efectuează manevre evident greşite şi care pun în pericol viaţa victimei sau a coechipierilor vor primi punctaj 0, pentru victima respectivă, indiferent de restul prestaţiei echipajului

Însoţitorul de echipaj are dreptul să asiste la prestaţia propriului echipaj, cu interdicţia de a interveni pe parcursul probei practice. Sunt permise înregistrările audio/video pe parcursul prestaţiei echipajului, cu acordul preşedintelui juriului şi cu respectarea normelor GDPR.

Pentru a facilita soluționarea eventualelor contestații la proba practică, la faza națională, aceasta va fi înregistrată integral prin grija organizatorului. La fazele intermediare și județene acestea pot fi înregistrate dacă filialele dispun de capacitate tehnică în acest sens.

Punctajul final va fi constituit din însumarea punctajului obţinut la proba teoretică şi punctajul acordat de fiecare membru al juriului, inclusiv preşedintele juriului, la proba practică.

Clasamentul se va întocmi în ordinea descrescătoare a mediilor.

În cazul în care există medii egale, departajarea se va face pe baza punctajului obţinut la proba practică.

Echipajele care întrunesc acelaşi punctaj şi la proba teoretică şi la cea practică, se clasifică pe acelaşi loc.

Pentru echipajele clasate pe primele 6 locuri la medii egale, atât la teorie cât şi la practică, departajarea se va face printr-o probă de baraj, exclusiv practică, care să reprezinte, totodată, şi o demonstraţie pentru ceilalţi participanţi. Această probă va cuprinde o intervenţie de prim ajutor în cazul unui accident colectiv (3 - 4 victime).

În condiţiile susţinerii etapelor concursului în format online, festivitatea de premiere se va organiza la o data ulterioară, în Bucureşti, într-un format comunicat câştigărilor în timp util.

Pentru concursul faţă în faţă, anunţarea rezultatelor finale se va face în timpul festivităţii de premiere.

4.5. Premii

Pentru etapele de concurs, se acordă premii în funcţie de posibilităţile financiare ale filialelor Societăţii Naţionale de Cruce Roşie din România şi ale Inspectoratelor şcolare judeţene, iar la etapa naţională de către SNCRR - Sediul Central şi Ministerul Educaţiei

V. DISPOZIŢII FINALE

În timpul desfăşurării concursului, membri echipajelor vor purta emblema Crucii Roşii Române pe echipamentul de concurs.

Echipajele participante la toate etapele concursului vor fi însoţite de cadre didactice/ însoţitori pe tot parcursul călătoriei, de la plecare până la sosire.

Echipajele câştigătoare ale etapelor intermediare vor fi însoţite la etapa naţională de cadrele didactice/însoţitorii desemnaţi de către conducerea unităţii şcolare.

Filialele Crucii Roşii Române, în limitele sumelor prevăzute în bugetul propriu, vor asigura:

- cheltuielile aferente organizării şi desfăşurării concursului în etapele intermediare;
- procurarea obiectelor pentru premierea echipajelor câştigătoare ale acestor etape;
- costul transportului echipajelor la etapele teritoriale ale concursului.

La toate etapele concursului, subfilialele, filialele şi Sediul Central al SNCRR vor căuta sponsori care să acopere o parte din cheltuieli.

Celelalte instituţii care participă la organizarea concursului pot oferi de asemenea premii, din fondurile proprii, câştigătorilor diferitelor etape ale concursului.

Pentru legitimarea membrilor echipajelor, la toate etapele concursului, sunt necesare documentele din Anexa 6.

Anexele 1,2,3, 4 , 5, 6 fac parte integrantă din acest Regulament.

Prezentul Regulament se aplică începând cu anul şcolar 2024-2025 şi înlocuieşte Regulamentul din anul 2021.

Societatea Naţională de Cruce Roşie din România
str. Biserica Amzei nr. 29,
sector 1, 010393 Bucureşti
tel: 317 0559, 317 6006
fax: 312 8452
web: www.crucearosie.ro

Anexa 1

TEMATICA ORIENTATIVĂ PENTRU CICLUL GIMNAZIAL

Proba teoretică

A. Mişcarea de Cruce Roşie şi Semilună Roşie

1. Istoric
2. Principiile fundamentale ale Crucii Roşii
3. Crucea Roşie Română – istoric
4. Noţiuni de drept internaţional umanitar

B. Educaţie pentru sănătate

1. Factorii ce influenţează starea de sănătate.
2. Igiena şi importanţa ei pentru sănătate
   a. Modalităţi de prevenire a bolilor prin respectarea igienei
3. Regimul de activitate şi de odihnă al elevului
4. Rolul alimentaţiei în dezvoltarea organismului
5. Sănătatea mintală – concepte. Stări psiho-emoţionale
   a. Comunicare şi suport social. Educaţia informală
   b. Eu în familie şi în comunitate. Rolul familiei în dezoltarea personalităţii
   c. Gestionarea emoţiilor. Tehnici de autocontrol
6. Relaţii sănătoase
   a. Relaţiile interpersonale. Piramida relaţiilor si comunicarea.
   b. Tipuri de violenţă. Consecinţele violenţei asupra sănătăţii şi bunăstării în familie. Prevenirea violenţei.
7. Consumul de substanţe nocive. Consecinţe asupra sănătăţii.

C. Primul ajutor de bază

1. Principii de bază
2. Cum ne pregătim pentru o situaţie excepţională
3. Primul Ajutor în patru paşi
4. Victima se sufocă
5. Victima sângerează abundent
6. Victima şi-a pierdut conştienţa şi respiră
7. Victima şi-a pierdut conştienţa şi nu respiră
8. Victima se plânge de stare de disconfort
9. Victima prezintă o rană

Societatea Naţională de Cruce Roşie din România
str. Biserica Amzei nr. 29,
sector 1, 010393 Bucureşti
tel: 317 0559, 317 6006
fax: 312 8452
web: www.crucearosie.ro

10. Victima prezintă o arsură
11. Traumatism cranian, cervical sau dorsal
12. Fracturi, leziuni musculare sau articulare
13. Ajutorul emoţional
14. **Anexa suplimentara cu tehnici de prim ajutor pentru competiţie**

Proba practică

1. Asigurarea primului ajutor în situaţia dată cu respectarea principiilor generale de acordarea primului ajutor
2. Resuscitarea cardiacă şi respiratorie
3. Primul ajutor în starea de inconştienţă
4. Primul ajutor în blocarea căilor respiratorii cu corpi străini
5. Primul ajutor în plăgi
6. Hemoragie. Tehnica hemostazei
7. Primul ajutor în luxaţii şi entorse
8. Primul ajutor în caz de fracturi
9. Primul ajutor în arsuri
10. Primul ajutor în caz de electrocutare
11. Suportul psihologic

TEMATICA ORIENTATIVĂ PENTRU LICEE

Proba teoretică

A. Mişcarea de Cruce Roşie şi Semilună Roşie

5. Istoric
6. Principiile fundamentale ale Crucii Roşii
7. Crucea Roşie Română – istoric
8. Noţiuni de drept internaţional umanitar

B. Educaţie pentru sănătate

1. Factorii ce influenţează starea de sănătate.
2. Igiena şi importanţa ei pentru sănătate
   b. Modalităţi de prevenire a bolilor prin respectarea igienei
3. Regimul de activitate şi de odihnă al elevului
4. Rolul alimentaţiei în dezvoltarea organismului
5. Sănătatea mintală – concepte. Stări psiho-emoţionale

Societatea Naţională de Cruce Roşie din România
str. Biserica Amzei nr. 29,
sector 1, 010393 Bucureşti
tel: 317 0559, 317 6006
fax: 312 8452
web: www.crucearosie.ro

a. Comunicare şi suport social. Educaţia informală
b. Eu în familie şi în comunitate. Rolul familiei în dezoltarea personalităţii
c. Gestionarea emoţiilor. Tehnici de autocontrol

6. Relaţii sănătoase
   a. Relaţiile interpersonale. Piramida relaţiilor şi comunicarea
   b. Sănătatea reproductivă. Comportament sigur versus comportament riscant
   c. Boli cu transmitere sexuală. Efectul asupra sănătăţii
   d. Tipuri de violenţă. Consecinţele violenţei asupra sănătăţii şi bunăstării în familie. Prevenirea Violenţei.
7. Consumul de substanţe nocive. Consecinţe asupra sănătăţii.

C. Primul ajutor de bază

1. Principii de bază
2. Cum ne pregătim pentru o situaţie excepţională
3. Primul Ajutor în patru paşi
4. Victima se sufocă
5. Victima sângereză abundent
6. Victima şi-a pierdut conştienţa şi respiră
7. Victima şi-a pierdut conştienţa şi nu respiră
8. Victima se plânge de stare de disconfort
9. Victima prezintă o rană
10. Victima prezintă o arsură
11. Traumatism cranian, cervical sau dorsal
12. Fracturi, leziuni musculare sau articulare
13. Ajutorul emoţional
14. **Anexa suplimentara cu tehnici de prim ajutor pentru competiţie**

Proba practică

1. Resuscitarea cardiacă şi respiratorie
2. Defibrilarea externă automată (la etapa naţională)
3. Primul ajutor în starea de inconştienţă
4. Primul ajutor în sufocare (blocarea căilor respiratorii)
5. Primul ajutor în plăgi
6. Hemoragia. Tehnica hemostazei
7. Primul ajutor în luxaţii şi entorse
8. Primul ajutor în caz de fracturi

Societatea Naţională de Cruce Roşie din România
str. Biserica Amzei nr. 29,
sector 1, 010393 Bucureşti
tel: 317 0559, 317 6006
fax: 312 8452
web: www.crucearosie.ro

9. Primul ajutor în arsuri
10. Primul ajutor în caz de electrocutare
11. Primul ajutor în caz de degerături
12. Primul ajutor în caz de înec
13. Primul ajutor psihologic

BIBLIOGRAFIE

- Ghidul Salvatorului de Prim Ajutor, editat de Crucea Roşie Română, ediţia 2024
- Manualul de educaţie pentru sănătate al Crucii Roşii Române, ediţia 2024
- Site-urile Crucii Roşii: www.crucearosie.ro, www.ifrc.org, www. icrc.org; www.sanitariipriceputi.ro

Anexa 2

BAREMUL MINIM DE MATERIALE CE INTRĂ ÎN DOTAREA GENŢILOR DE PRIM AJUTOR DE BAZĂ

1. Geantă sanitară (1 buc.)
2. Foarfecă (1 buc.)
3. Faşă elastică (4 buc.) minimum 30 cm lungime /bucată
4. Faşă de tifon, diferite dimensiuni (4 buc.)
5. Pansament hemostatic – 5 buc
6. Leucoplast (1 rola)
7. Comprese sterile (4 pachete x 10 buc.)
8. Triunghiuri de pânză (10 buc.)
9. Turnichet – 1 buc
10. Folie de supravieţuire (3 buc)
11. Pachet de gheata instant (1 buc)
12. Mănuşi medicinale (5 per.)
13. Lanternă funcţională / frontală 1 buc.
14. Dezinfectant extern lichid : Rivanol/apă oxigenată/betadină

Societatea Naţională de Cruce Roşie din România
str. Biserica Amzei nr. 29,
sector 1, 010393 Bucureşti
tel: 317 0559, 317 6006
fax: 312 8452
web: www.crucearosie.ro

Anexa 3

Societatea Naţională de Cruce Roşie din România
Competiţia „Sanitarii pricepuţi”
Etapa _____

Echipajul_____
NORMATIV DE PENALIZARE

Manevrele evaluate	Punctaj standard	Punctaj acordat	Observaţii
Controlul funcţiilor vitale: • **conştientă** • **respiraţie**	**1** 0,5 0,5		
Evaluarea iniţială a accidentatului - evaluarea generală a accidentatului - comunicarea rezultatului evaluării şefului de echipă	**2** 1,5 0,5		
Manevre de acordare a primului ajutor de baza - conform anexa barem manevre	**5,0**		
Măsuri de auto-protecţie	**1,0**		
Puncte din oficiu	**1,0**		
Total	**10**		
OBSERVAŢII:			

Membru în juriu,

Semnătura_____

Semnătura echipaj _____

* În cazul în care victima este inconştientă, evaluarea funcţiilor vitale se va face la aprox. 30 secunde, concomitent cu cererea de informaţii membrilor juriului.
*Daca victima este conştientă, se consideră evaluare continuă a funcţiilor vitale, suportul psihologic acordat victimei, prin conversaţie cu aceasta.

Societatea Naţională de Cruce Roşie din România
str. Biserica Amzei nr. 29,
sector 1, 010393 Bucureşti
tel: 317 0559, 317 6006
fax: 312 8452
web: www.crucearosie.ro

Societatea Națională de Cruce Roșie din România
Competiția „Sanitarii pricepuți”
Etapa _____

Echipajul_____

NORMATIV DE PENALIZARE
Președinte juriu

Manevrele evaluate	Punctaj standard	Punctaj acordat	Observații
Evaluarea situației și asigurarea locului accidentului	**1**		
Anunțarea cazului la 112 cu respectarea protocolului • cine sună, unde se află • tipul accidentului și unde s-a produs • câte victime sunt și ce leziuni au victimele • confirmarea mesajului	**2** 0,5 0,5 0,5 0,5		
Predarea accidentatului serviciilor de prim ajutor calificat • cine a intervenit • în ce a constat intervenția • starea accidentatului/lor în momentul prezentării lui serviciilor specializate	**2,0** 0,5 1,0 0,5		
Lucrul în echipă	**4***		
Evaluare trusă	**1**		
TOTAL	**10**		
OBSERVAȚII:			

Președinte juriu
Semnătura _____
Semnătura echipaj _____

** 1 punct pentru activitatea fiecărui membru al echipajului*

Societatea Națională de Cruce Roșie din România
str. Biserica Amzei nr. 29,
sector 1, 010393 București
tel: 317 0559, 317 6006
fax: 312 8452
web: www.crucearosie.ro

Anexa 4

Desfășurarea Concursului Sanitarii Pricepuți - etapa națională

(în măsura în care există resursele necesare, acest algoritm va fi respectat și la organizarea celorlalte etape ale concursului)

Ședința tehnică

Scop – stabilirea și comunicarea ultimelor detalii privind organizarea și desfășurarea concursului

- proba teoretică – mod de desfășurare, durata probei, mod de punctare
- proba practică – mod de desfășurare, durata probei, mod de penalizare
- contestații – mod de comunicare al rezultatelor, mod de depunere al contestațiilor
- extragerea ordinii de intrare în concurs
- extragerea subiectului pentru proba teoretică
- extragerea subiectului pentru proba practică
- verificarea truselor

Participanți: organizatori, juriu, șefi echipaje și profesori/însoțitori ai echipajelor

Locul ședinței: un spațiu adecvat pus la dispoziție de către organizatori, disponibil pe perioada desfășurării ședinței / online.

Data și ora: în seara zilei precedente concursului.

Prezența: obligatorie.

Online: fiecare filială centru regional de concurs va desemna o echipă tehnică ce va ține legătura cu echipa de la nivelul sediului central al SNCRR, va desfășura probe tehnice înainte de concurs în paralel cu Sediul central și va lua de asemenea parte la ședința tehnica de dinainte de concurs.

De asemenea, fiecare filială va asigura un juriu de concurs, format din 3 membri, reprezentanți ai instituțiilor partenere care vor evalua prestația echipajelor la nivel local. În măsura posibilităților, filiala organizatoare, poate stabili un juriu format din reprezentanți ai instituțiilor partenere, din diferite județe, asigurând astfel echidistanță în evaluarea prestației.

Juriul național va fi reunit la sediul central al SNCRR.

Societatea Națională de Cruce Roșie din România
str. Biserica Amzei nr. 29,
sector 1, 010393 București
tel: 317 0559, 317 6006
fax: 312 8452
web: www.crucearosie.ro

Proba teoretică
Data și ora: în dimineața primei zile de concurs, de preferat la ½ oră după festivitatea de deschidere a concursului.
Locul desfășurării: un spațiu pus la dispoziție de către organizatori, disponibil pe perioada desfășurării probei, de preferat în aer liber sau, în funcție de condițiile meteo într-un alt spațiu adecvat.
Online: chestionar online, pus la dispoziția participanților după accesul în sala de concurs și așezarea echipajelor.

Desfășurarea probei:
Situația 1 – proba teoretică este desfășurată în sistem fizic, simultan de către toate echipajele din concurs

- Echipajele vor fi repartizate la câte o masă, la distanță de alte echipaje, în funcție de spațiul disponibil
- Fiecare echipaj va primi un plic sigilat care va conține subiectele de rezolvat și o etichetă autoadezivă cu semnul Crucii Roșii, pentru secretizarea testului
- La semnalul de "start concurs", echipajele vor desigila plicurile și vor nota în colțul precizat al testului numele filialei pe care o reprezintă urmând să plieze acest colț de doua ori și să aplice eticheta autoadeziva primită.
- La semnalul "stop concurs" se vor introduce testele secretizate în prealabil, în plicurile în care au fost primite urmând ca membrii juriului să colecteze plicurile cu teste de la echipaje.
- Corectarea testelor se va face de către membrii juriului în cel mai scurt timp (maxim 2 ore) după terminarea probei teoretice.
- Afișarea rezultatelor se va face la loc vizibil și/sau va fi transmisă, după caz, pe grupul de whatsapp creat cu însoțitorii echipajelor.

Situația 2 – concursul se derulează în sistem online, astfel că proba teoretică se desfășoară simultan de toate echipajele din zona de concurs, dar în sistem online

- Echipajele vor fi repartizate la câte o masă, la distanță de alte echipaje, în funcție de spațiul disponibil
- Fiecare echipaj va primi un dispozitiv din partea organizatorilor și un link de conectare la testul online

Societatea Națională de Cruce Roșie din România
str. Biserica Amzei nr. 29,
sector 1, 010393 București
tel: 317 0559, 317 6006
fax: 312 8452
web: www.crucearosie.ro

- La semnalul de "start concurs", echipajele vor accesa linkul şi vor completa numele filialei pe care o reprezintă, urmând să răspundă cu atenţie la fiecare întrebare.
- La semnalul "stop concurs" echipajele se vor asigura că au transmis testul completat.
- Organizatorii se vor asigura că există conexiune stabilă la internet şi că echipajele au parcurs toate etapele completării şi expedierii chestionarelor online.
- Rezultatele testelor ce vor fi generate automat, vor fi transmise de către echipa tehnică a SNCRR SC prin email, centrelor regionale de concurs. Centrele de concurs fiind responsabile de transmiterea rezultatelor către participanţi.

Situaţia 3 – concursul se derulează în sistem de staţii de evaluare succesive

- Echipajele vor intra în ordinea intrării în concurs, la staţia de evaluare teoretică
- Echipajul va avea la dispoziţie un laptop/tabletă şi un link de conectare la testul online
- La semnalul de "start concurs", echipajul va accesa linkul şi vor completa numele filialei pe care o reprezintă, urmând să răspundă cu atenţie la fiecare întrebare.
- La semnalul "stop concurs" echipajele se vor asigura că au transmis testul completat.
- Organizatorii se vor asigura că există conexiune stabilă la internet şi că echipajele au parcurs toate etapele completării şi expedierii chestionarelor online.
- Rezultatele testelor ce vor fi generate automat la finalul completării şi vor afişate, odată cu afişarea notelor la proba teoretică.

Contestaţii: se pot face în scris, de către şeful de echipaj al filialei contestatoare în maxim 1 oră de la afişarea rezultatelor la proba teoretică. Acestea vor fi rezolvate pe loc de către juriu, în ordinea solicitărilor, în prezenta contestatarului, notându-se pe contestaţie de către preşedintele juriului punctajul final, acesta fiind contrasemnat de cel care a făcut contestaţia. Echipa tehnica din centrele regionale de concurs vor înregistra şi vor comunica eventualele contestaţii către SC urmând să se respecte aceeaşi procedură ca în cazul contestaţiilor faţă în faţă.

Societatea Naţională de Cruce Roşie din România
str. Biserica Amzei nr. 29,
sector 1, 010393 Bucureşti
tel: 317 0559, 317 6006
fax: 312 8452
web: www.crucearosie.ro

În situația în care concursul se derulează în sistem de stații de evaluare succesive, contestațiile la proba teoretică se pot face în scris, de către șeful de echipaj al filialei contestatoare în maxim 1 oră, de la afișarea rezultatelor finale. Acestea vor fi rezolvate pe loc de către juriu, în ordinea solicitărilor, în prezenta contestatarului, notându-se pe contestație de către președintele juriului punctajul final, acesta fiind contrasemnat de cel care a făcut contestația.

Verificarea truselor de Prim Ajutor

- Se va face de către membrii juriului conform baremului minim, la ședința tehnică.
- Materialele prezente suplimentar în trusă – față de baremul minim (gulere cervicale, pipa Gaudel, parasolare, umbreluțe etc.) vor fi eliminate din truse.
- Echipajele cu truse incomplete vor fi penalizate cu 1 punct de către președintele de juriu.

Ordinea de intrare la proba practică / extragerea setului de subiecte

- Se face prin tragere la sorți, la ședința tehnică
- Extragerea numărului de intrare în proba practică sau în concurs (în cazul organizării cu stații succesive) fiind făcută de către șeful de echipaj și comunicată juriului.
- In cazuri justificate, cu acordul celorlalți șefi de echipaj se poate modifica ordinea de intrare la proba practica/ sau în concurs (în cazul organizării cu stații succesive).
- Setul de subiecte (cazuri practice) se va face public de către președintele juriului și va fi unul din cele minim 2 seturi transmise de la Sediul Central. Șeful de echipaj va extrage cazul practic și îl va comunica juriului (pentru Situația 1 de concurs). Pentru Situația 3 de concurs în care se va lucra cu cazuri succesive, președintele de juriu va extrage unul din cele minim 2 seturi de subiecte practice.
- Online: ordinea de intrare în proba practică se va comunica echipajelor cu minim 3 zile înainte de concurs și se va decide astfel:
    - echipajele participante vor fi introduse într-un fișier excel și prin folosirea funcției "random" li se va atribui un număr de intrare
    - în introducerea datelor în fișierul excel se va ține cont de centrele de concurs astfel încât intrarea echipajelor să se facă alternativ de la un

Societatea Națională de Cruce Roșie din România
str. Biserica Amzei nr. 29,
sector 1, 010393 București
tel: 317 0559, 317 6006
fax: 312 8452
web: www.crucearosie.ro

centru la celălalt, astfel încât să se acorde timp pregătirii victimelor şi setării aparaturii tehnice.

Proba practică

Situaţia 1 - este o singură zonă de concurs cu maxim 3 victime, scenariul fiind diferit la fiecare echipaj în parte

- Se va desfăşura de preferat în 3 serii, în după-amiaza primei zile, dimineaţa şi după-amiaza celei de a doua zi a concursului, în ordinea extrasă.
- Echipajele vor fi pregătite de intervenţie cu minim ½ oră înaintea momentului aproximat de intrare în concurs şi vor staţiona într-o zona fără contact vizual şi auditiv cu locul de desfăşurare al probei (indicat de organizatori).
- Echipajele vor fi conduse la locul de desfăşurare a probei de către un organizator, la solicitarea juriului.
- Neprezentarea echipajului la solicitarea juriului pentru proba practică se penalizează, echipajul respectiv având 0 (zero) puncte la probă.
- La locul desfăşurării probei:
    - Se realizează alinierea şi prezentarea succintă a echipajului de către şeful de echipaj.
    - Preşedintele juriului prezintă traseul care trebuie urmat de echipaj şi reaminteşte procedura de examinare pe scurt.
    - Preşedintele juriului prezintă pe scurt scenariul, tare şi rar astfel încât să fie auzit şi înţeles de toţi membrii echipajului.
    - Echipajul are la dispoziţie un scurt timp de gândire (30 secunde) în care se pot consulta între ei.
    - La cerere, preşedintele juriului poate oferi informaţii despre condiţiile meteo.
    - La anunţul dat de preşedintele juriului – "Echipaj acţionaţi" – se porneşte cronometrul şi echipajul intervine.
    - Apelul către serviciile specializate se va face la preşedintele juriului, la anunţul acestuia "A ajuns ambulanţa"
    - La terminarea timpului alocat probei, sau la momentul punerii în pericol a victimei / lor proba se termină, fără posibilitate de contestaţie.

Societatea Naţională de Cruce Roşie din România
str. Biserica Amzei nr. 29,
sector 1, 010393 Bucureşti
tel: 317 0559, 317 6006
fax: 312 8452
web: www.crucearosie.ro

- După terminarea probei, echipajul își recuperează materialele folosite în timpul acesteia și așteaptă aliniat nota juriului, aceasta fiind comunicată de președintele juriului, cu observațiile corespunzătoare.
- Șeful de echipaj contrasemnează punctajul obținut.
- Evacuarea echipajului examinat se va face de către un organizator astfel încât să nu intre în contact cu echipajul următor.

Situația 2 - Online:

- Într-o sală cu conexiune la internet
- Se vor folosi minim 2 camere de luat vederi (telefon, tableta, GoPro etc.)
- Camerele vor fi orientate astfel încât să surprindă imagini complete – echipaj, victime, juriu
- Echipa tehnică se va asigura de asemenea că sunetul este clar și curat astfel încât să permită evaluarea corectă a prestației
- La intrarea în concurs echipajul si juriul se vor așeza în fața uneia dintre camere pentru a da posibilitatea juriului central să vadă și să audă ce se petrece.
- Același lucru se va întâmpla și la sfârșitul probei când se predau victimele echipajului de urgență și se face evaluarea prestației de către juriul local.
- Eventualele contestații se fac în fața camerei și se rezolvă pe loc de către juriul reunit (local si central).

Situația 3 – concursul se derulează în sistem de stații de evaluare succesive

- Se va desfășura de preferat în 4 serii, în ordinea extrasă.
- Echipajele vor fi pregătite de intervenție cu minim ½ oră înaintea momentului aproximat de intrare în concurs și vor staționa într-o zona fără contact vizual și auditiv cu locul de desfășurare al probei (indicat de organizatori).
- Echipajele vor fi conduse la locul de desfășurare a probei/ concursului de către un organizator, la solicitarea juriului.
- Neprezentarea echipajului la solicitarea juriului pentru proba practică se penalizează, echipajul respectiv având 0 (zero) puncte la probă.
- La locul desfășurării probei:
  - Se realizează alinierea și prezentarea succintă a echipajului de către șeful de echipaj.
  - Coordonatorul de caz (membru al juriului) prezintă traseul care trebuie urmat de echipaj și reamintește procedura de examinare pe scurt.

Societatea Națională de Cruce Roșie din România
str. Biserica Amzei nr. 29,
sector 1, 010393 București
tel: 317 0559, 317 6006
fax: 312 8452
web: www.crucearosie.ro

- Coordonatorul de caz (membru al juriului) prezintă pe scurt scenariul, tare şi rar astfel încât să fie auzit şi înţeles de toţi membrii echipajului.
- Echipajul are la dispoziţie un scurt timp de gândire (30 secunde) în care se pot consulta între ei.
- La cerere echipajului, juriul poate oferi informaţii despre condiţiile meteo.
- La anunţul – "Echipaj acţionaţi" – se porneşte cronometrul şi echipajul intervine.
- Apelul către serviciile specializate se va face la coordonatorul de caz (membru al juriului), la anunţul acestuia "A ajuns ambulanţa".
- La terminarea timpului alocat probei, sau la momentul punerii în pericol a victimei / lor proba se termină, fără posibilitate de contestaţie.
- După terminarea probei, echipajul îşi recuperează materialele folosite în timpul acesteia şi aşteaptă aliniat nota juriului, aceasta fiind comunicată de coordonatorul de caz, cu observaţiile corespunzătoare.
- Şeful de echipaj contrasemnează punctajul obţinut.
- Evacuarea echipajului examinat se va face de către un organizator astfel încât să nu intre în contact cu echipajul următor.

Societatea Naţională de Cruce Roşie din România
str. Biserica Amzei nr. 29,
sector 1, 010393 Bucureşti
tel: 317 0559, 317 6006
fax: 312 8452
web: www.crucearosie.ro

Anexa 5

CODUL DE CONDUITĂ AL COMPETIŢIEI SANITARII PRICEPUŢI

Participanţii la Competiţia Sanitarii Pricepuţi trebuie să:

1. Recunoască şi să acţioneze în conformitate cu Principiile Fundamentale ale Mişcării Internaţionale de Cruce Roşie şi Semilună Roşie.
2. Să respecte Regulamentul privind folosirea emblemei şi să prevină folosirea abuzivă a emblemei.
3. Să cunoască şi să respecte Regulamentul pentru organizarea şi desfăşurarea concursului pentru sănătate şi prim ajutor „Sanitarii pricepuţi".
4. Să participe la concurs pe baza principiilor de etică competiţională, respectând eforturile şi pregătirea fiecărui participant.
5. Să respecte angajamentul de protecţie şi conduită semnat la venirea în tabără.
6. Să adopte un comportament şi un limbaj cuviincios faţă de toţi participanţii la concurs şi faţă de personalul complexului de agrement unde sunt cazaţi la etapa naţională.
7. Să adopte o ţinută corespunzătoare (etică şi morală).
8. Să se abţină de la provocarea de scandal la locul de desfăşurare a competiţiei si să deterioreze însemnele şi actele oficiale.
9. Să respecte regulamentul de organizare a concursului şi regulile impuse de filiala de Cruce Roşie care organizează concursul.

Anexa 6

DOCUMENTE NECESARE PENTRU LEGITIMAREA MEMBRILOR ECHIPAJELOR, LA TOATE ETAPELE CONCURSULUI

- Tabel nominal, cuprinzând membri echipajului, în care se vor menţiona, pentru fiecare elev: numele, clasa. Tabelul va purta semnătura directorului şi ştampila şcolii.
- Carnetele de elev, pentru toţi membri echipajului, cu viza şcolii pe anul scolar în curs

Societatea Naţională de Cruce Roşie din România
str. Biserica Amzei nr. 29,
sector 1, 010393 Bucureşti
tel: 317 0559, 317 6006
fax: 312 8452
web: www.crucearosie.ro