



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

Concursul pentru sănătate și prim ajutor „Sanitarii pricepuți” este organizat de **Societatea Națională de Cruce Roșie din România**, împreună cu **Ministerul Educației și Cercetării, Ministerul Sănătății și Inspectoratul General pentru Situații de Urgență**.

Atribuțiile ce revin fiecăreia dintre instituțiile menționate pot fi detaliate în cuprinsul unor protocoale încheiate între acestea și SNCRR.

În vederea organizării concursului în cele mai bune condiții și pentru alocarea de resurse cât mai variate, Societatea Națională de Cruce Roșie din România va atrage de asemenea fonduri din sponsorizări sau va încheia parteneriate cu instituții relevante (de ex: clinici medicale, instituții de învățământ privat etc.)

I. SCOPUL SI OBIECTIVELE

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

- însușirea cunoștințelor de bază despre Mișcarea Internațională de Cruce Roșie și Semilună Roșie, despre istoria Societății Naționale de Cruce Roșie din România, despre Principiile Fundamentale ale Crucii Roșii precum și pe cele privind prevenirea accidentelor și a deprinderilor practice pentru acordarea corectă a primului ajutor de bază* – *„efectuarea unor acțiuni salvatoare de viață 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 sănătății, cu modificările și completările ulterioare).

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

- dezvoltarea sentimentului solidarității umane față de cei aflați în suferință;
- păstrarea și îmbunătățirea sănătății fizice;
- promovarea ocrotirii mediului înconjurător;
- dobândirea de cunoștințe și abilități de acțiune în cazul unor situații de urgență.

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



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 echipe 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 webinarile 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 perioadă Ministerul Educației va transmite către Inspectoratele Școlare Județene informări adresate unităților școlare 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



”Sanitarii Pricepuți” platforma educațională www.sanitariipricepuți.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 și webinarii tematice.

Înscrierea echipajelor în concurs se face doar pe site-ul www.sanitariipricepuți.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. Competiția se va organiza în etape:

3.4.1 Etapa 1, județeană/sector, se organizează în perioada **aprilie - mai**, în funcție de situația epidemiologică 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 Urgență*).

Fiecare școală 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 Urgență.

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



Echipajele desemnate pentru faza națională reprezintă, în concurs, filiala de Cruce Roșie din care provin și în 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 în 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.

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



4.1. Proba teoretică. La toate etapele concursului, se organizează o testare a cunoștințelor 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 participanții 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 aceleași pentru toți concurenții din același 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 Roșii și Principiile Mișcării Internaționale de Cruce Roșie, 10 întrebări din temele de educație pentru sănătate și 6 întrebări din tematica de prim ajutor.

Cel puțin pentru etapa națională a concursului se vor elabora mai multe variante de întrebări, conținutul final al testului teoretic fiind stabilit prin tragere la sorți, public, de către președintele juriului.

Organizarea testării teoretice se poate face simultan (toate echipajele în același timp) sau succesiv (ca fiind prima proba din concursul ce se va desfășura cu mai multe stații de evaluare), în funcție de specificul fiecărei filiale de Cruce Roșie.

Modalitatea de organizare a testării teoretice va fi anunțată la ședința tehnică.

Organizatorii se vor asigura că toți participanții au acces la testul corect și/sau dispozitive electronice de completare (puse la dispoziție de organizatori).

4.2. Proba practică

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

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

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

În plus, la faza națională, obligatoriu una din victime va manifesta o reacție emoțională 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 și va cuprinde **inclusiv predarea accidentaților serviciilor specializate**. Venirea serviciilor de urgență va fi anunțată de președintele juriului.

Timpul de executare a probei practice va fi stabilit de echipa de organizare a competiției în funcție de modul de organizare al cazurilor (simultan sau succesiv), și va



fi cuprins între 6-10 min/ fiecare caz (scenariu) în parte. Timpul de executare al probei va fi anunțat la sesiunea 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 scenariul diferit 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 să 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 membrii 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 experiență ca voluntar de Cruce Roșie, ca membru în juriul competițiilor de prim ajutor la etape județene sau naționale.

La etapa națională, juriul va fi format din 6 membri: președintele juriului și 5 membri. Cel puțin unul dintre membri va avea cunoștințe avansate de prim ajutor psihologic.

4.3.5. Punctajul obținut va fi comunicat echipajului de către președintele juriului, imediat după terminarea probei practice, însoțit de justificare, urmând ca șeful de echipaj să contrasemneze luarea la cunoștință a punctajului obținut.

Eventualele observații ale echipajului, referitoare la punctajul obținut la proba practică, se vor comunica președintelui de juriu, de către șeful de echipaj, pe loc, înainte de semnarea de luare la cunoștință, urmând ca pe cale amiabilă să se rezolve eventualele inadvertențe.

Pentru desfășurarea online a concursului, filialele CRR organizatoare vor asigura un juriu local format din 3 membri, în aceleași condiții menționate anterior. Prin urmare, în varianta online, prestația echipajelor va fi evaluată de două echipe de jurați, una locală și una la nivel național.

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 obținute 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 afișa/comunica în cel mai scurt timp după terminarea acesteia, într-un loc vizibil și după caz prin email, whatsapp, către însoțitorii echipajelor sau către filiala organizatoare. Contestațiile se pot depune, la președintele juriului de către șeful de echipaj, în timp de 1 oră de la afișarea rezultatelor. Acestea vor fi analizate de către juriul de concurs după încheierea termenului de depunere a contestațiilor, rezultatele finale fiind comunicate și afișate 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 prestației echipajelor în acordarea primului ajutor, siguranța deciziei și a gesturilor de prim ajutor, iar președintele juriului prezentarea în fața juriului, ținuta, disciplina în intervenție, anunțarea cât mai rapidă și cât mai completă a accidentului către serviciile de urgență prespitalicească, prin apelarea Numărului Unic de Urgență 112.



Echipajele care efectuează manevre evident greșite și care pun în pericol viața victimei sau a coechipierilor vor primi punctaj 0, pentru victima respectivă, indiferent de restul prestației echipajului

Însoțitorul de echipaj are dreptul să asiste la prestația propriului echipaj, cu interdicția de a interveni pe parcursul probei practice. Sunt permise înregistrările audio/video pe parcursul prestației echipajului, cu acordul președintelui juriului și 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 obținut la proba teoretică și punctajul acordat de fiecare membru al juriului, inclusiv președintele 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 obținut la proba practică.

Echipajele care întrunesc același punctaj și la proba teoretică și la cea practică, se clasifică pe același loc.

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

În condițiile susținerii etapelor concursului în format online, festivitatea de premiere se va organiza la o dată ulterioară, în București, într-un format comunicat câștigărilor în timp util.

Pentru concursul față în față, anunțarea rezultatelor finale se va face în timpul festivității de premiere.

4.5. Premii

Pentru etapele de concurs, se acordă premii în funcție de posibilitățile financiare ale filialelor Societății Naționale de Cruce Roșie din România și ale Inspectoratelor școlare județene, iar la etapa națională de către SNCRR - Sediul Central și Ministerul Educației



V. DISPOZIȚII FINALE

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

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

Echipajele câștigătoare ale etapelor intermediare vor fi însoțite la etapa națională de cadrele didactice/însoțitorii desemnați de către conducerea unității școlare.

Filiarele Crucii Roșii Române, în limitele sumelor prevăzute în bugetul propriu, vor asigura:

- cheltuielile aferente organizării și desfășurării concursului în etapele intermediare;
- procurarea obiectelor pentru premiarea echipajelor câștigătoare ale acestor etape;
- costul transportului echipajelor la etapele teritoriale ale concursului.

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

Celelalte instituții care participă la organizarea concursului pot oferi de asemenea premii, din fondurile proprii, câștigătorilor 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 școlar 2024-2025 și înlocuiește Regulamentul din anul 2021.



Anexa 1

TEMATICA ORIENTATIVĂ PENTRU CICLUL GIMNAZIAL

Proba teoretică

A. Mișcarea de Cruce Roșie și Semilună Roșie

1. Istoric
2. Principiile fundamentale ale Crucii Roșii
3. Crucea Roșie Română – istoric
4. Noțiuni de drept internațional umanitar

B. Educație pentru sănătate

1. Factorii ce influențează starea de sănătate.
2. Igiena și importanța ei pentru sănătate
 - a. Modalități de prevenire a bolilor prin respectarea igienei
3. Regimul de activitate și de odihnă al elevului
4. Rolul alimentației în dezvoltarea organismului
5. Sănătatea mintală – concepte. Stări psiho-emoționale
 - a. Comunicare și suport social. Educația informală
 - b. Eu în familie și în comunitate. Rolul familiei în dezvoltarea personalității
 - c. Gestionarea emoțiilor. Tehnici de autocontrol
6. Relații sănătoase
 - a. Relațiile interpersonale. Piramida relațiilor și comunicarea.
 - b. Tipuri de violență. Consecințele violenței asupra sănătății și bunăstării în familie. Prevenirea violenței.
7. Consumul de substanțe nocive. Consecințe asupra sănătății.

C. Primul ajutor de bază

1. Principii de bază
2. Cum ne pregătim pentru o situație excepțională
3. Primul Ajutor în patru pași
4. Victima se sufocă
5. Victima sângerează abundent
6. Victima și-a pierdut conștiența și respiră
7. Victima și-a pierdut conștiența și nu respiră
8. Victima se plânge de stare de disconfort
9. Victima prezintă o rană

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



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

Proba practică

1. Asigurarea primului ajutor în situația dată cu respectarea principiilor generale de acordarea primului ajutor
2. Resuscitarea cardiacă și respiratorie
3. Primul ajutor în starea de inconștiență
4. Primul ajutor în blocarea căilor respiratorii cu corpi străini
5. Primul ajutor în plăgi
6. Hemoragie. Tehnica hemostazei
7. Primul ajutor în luxații și 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. Mișcarea de Cruce Roșie și Semilună Roșie

5. Istoric
6. Principiile fundamentale ale Crucii Roșii
7. Crucea Roșie Română – istoric
8. Noțiuni de drept internațional umanitar

B. Educație pentru sănătate

1. Factorii ce influențează starea de sănătate.
2. Igiena și importanța ei pentru sănătate
 - b. Modalități de prevenire a bolilor prin respectarea igienei
3. Regimul de activitate și de odihnă al elevului
4. Rolul alimentației în dezvoltarea organismului
5. Sănătatea mintală – concepte. Stări psiho-emoționale

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



- a. Comunicare și suport social. Educația informală
 - b. Eu în familie și în comunitate. Rolul familiei în dezvoltarea personalității
 - c. Gestionarea emoțiilor. Tehnici de autocontrol
6. Relații sănătoase
- a. Relațiile interpersonale. Piramida relațiilor și comunicarea
 - b. Sănătatea reproductivă. Comportament sigur versus comportament riscant
 - c. Boli cu transmitere sexuală. Efectul asupra sănătății
 - d. Tipuri de violență. Consecințele violenței asupra sănătății și bunăstării în familie. Prevenirea Violenței.
7. Consumul de substanțe nocive. Consecințe asupra sănătății.

C. Primul ajutor de bază

1. Principii de bază
2. Cum ne pregătim pentru o situație excepțională
3. Primul Ajutor în patru pași
4. Victima se sufocă
5. Victima sângerează abundent
6. Victima și-a pierdut conștiința și respiră
7. Victima și-a pierdut conștiința și 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 emoțional
14. **Anexa suplimentară cu tehnici de prim ajutor pentru competiție**

Proba practică

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

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



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 Roșie Română, ediția 2024
- Manualul de educație pentru sănătate al Crucii Roșii Române, ediția 2024
- Site-urile Crucii Roșii: www.crucearosie.ro, www.ifrc.org, www.icrc.org; www.sanitariipriceputi.ro

Anexa 2

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

1. Geantă sanitară (1 buc.)
2. Foarfecă (1 buc.)
3. Fașă elastică (4 buc.) minimum 30 cm lungime /bucată
4. Fașă 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 supraviețuire (3 buc)
11. Pachet de gheata instant (1 buc)
12. Mănuși medicinale (5 per.)
13. Lanternă funcțională / frontală 1 buc.
14. Dezinfectant extern lichid : Rivanol/apă oxigenată/betadină

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 3

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

Echipajul _____

NORMATIV DE PENALIZARE

Manevrele evaluate	Punctaj standard	Punctaj acordat	Observații
Controlul funcțiilor vitale: <ul style="list-style-type: none">• conștientă• respirație	1 0,5 0,5		
Evaluarea inițială a accidentatului <ul style="list-style-type: none">- evaluarea generală a accidentatului- comunicarea rezultatului evaluării șefului de echipă	2 1,5 0,5		
Manevre de acordare a primului ajutor de baza <ul style="list-style-type: none">- conform anexa barem manevre	5,0		
Măsuri de auto-protecție	1,0		
Puncte din oficiu	1,0		
Total	10		
OBSERVAȚII:			

Membru în juriu,

Semnătura _____

Semnătura echipaj _____

* În cazul în care victima este inconștientă, evaluarea funcțiilor vitale se va face la aprox. 30 secunde, concomitent cu cererea de informații membrilor juriului.

*Dacă victima este conștientă, se consideră evaluare continuă a funcțiilor vitale, suportul psihologic acordat victimei, prin conversație cu aceasta.

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



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 <ul style="list-style-type: none">• 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 <ul style="list-style-type: none">• 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 tehnică 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.



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 și vor completa numele filialei pe care o reprezintă, urmând să răspundă cu atenție 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 și că echipajele au parcurs toate etapele completării și 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 participanți.

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

- Echipajele vor intra în ordinea intrării în concurs, la stația de evaluare teoretică
- Echipajul va avea la dispoziție un laptop/tabletă și un link de conectare la testul online
- La semnalul de “start concurs”, echipajul va accesa linkul și vor completa numele filialei pe care o reprezintă, urmând să răspundă cu atenție 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 și că echipajele au parcurs toate etapele completării și expedierii chestionarelor online.
- Rezultatele testelor ce vor fi generate automat la finalul completării și vor afișate, odată cu afișarea notelor la proba teoretică.

Contestații: se pot face în scris, de către șeful de echipaj al filialei contestatoare în maxim 1 oră de la afișarea rezultatelor la proba teoretică. 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. Echipa tehnică din centrele regionale de concurs vor înregistra și vor comunica eventualele contestații către SC urmând să se respecte aceeași procedură ca în cazul contestațiilor față în față.



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.
- În cazuri justificate, cu acordul celorlalți șefi de echipaj se poate modifica ordinea de intrare la proba practică/ 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:
 - o echipajele participante vor fi introduse într-un fișier excel și prin folosirea funcției "random" li se va atribui un număr de intrare
 - o 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 și setării aparatului tehnic.

Proba practică

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

- Se va desfășura de preferat în 3 serii, în după-amiaza primei zile, dimineața și după-amiaza celei de a doua zi a concursului, 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 zonă fără contact vizual și auditiv cu locul de desfășurare al probei (indicat de organizatori).
- Echipajele vor fi conduse la locul de desfășurare 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 desfășurării probei:
 - o Se realizează alinierea și prezentarea succintă a echipajului de către șeful de echipaj.
 - o Președintele juriului prezintă traseul care trebuie urmat de echipaj și reamintește procedura de examinare pe scurt.
 - o Președintele juriului prezintă pe scurt scenariul, tare și rar astfel încât să fie auzit și înțeles de toți membrii echipajului.
 - o Echipajul are la dispoziție un scurt timp de gândire (30 secunde) în care se pot consulta între ei.
 - o La cerere, președintele juriului poate oferi informații despre condițiile meteo.
 - o La anunțul dat de președintele juriului – “Echipaj acționați” – se pornește cronometrul și echipajul intervine.
 - o Apelul către serviciile specializate se va face la președintele juriului, la anunțul acestuia ”A ajuns ambulanța”
 - o La terminarea timpului alocat probei, sau la momentul punerii în pericol a victimei / lor proba se termină, fără posibilitate de contestație.



- 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 și 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 și 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 aproximativ de intrare în concurs și vor staționa într-o zonă 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.



- Coordonatorul de caz (membru al juriului) prezintă pe scurt scenariul, tare și rar astfel încât să fie auzit și înțeles de toți membrii echipajului.
- Echipajul are la dispoziție un scurt timp de gândire (30 secunde) în care se pot consulta între ei.
- La cerere echipajului, juriul poate oferi informații despre condițiile meteo.
- La anunțul – “Echipaj acționati” – se pornește cronometrul și echipajul intervine.
- Apelul către serviciile specializate se va face la coordonatorul de caz (membru al juriului), la anunțul acestuia ”A ajuns ambulanța”.
- La terminarea timpului alocat probei, sau la momentul punerii în pericol a victimei / lor proba se termină, fără posibilitate de contestație.
- După terminarea probei, echipajul își recuperează materialele folosite în timpul acesteia și așteaptă aliniat nota juriului, aceasta fiind comunicată de coordonatorul de caz, 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.



Anexa 5

CODUL DE CONDUITĂ AL COMPETIȚIEI SANITARII PRICEPUȚI

Participanții la Competiția Sanitarii Pricepuți trebuie să:

1. Recunoască și să acționeze în conformitate cu Principiile Fundamentale ale Mișcării Internaționale de Cruce Roșie și Semilună Roșie.
2. Să respecte Regulamentul privind folosirea emblemei și să prevină folosirea abuzivă a emblemei.
3. Să cunoască și să respecte Regulamentul pentru organizarea și desfășurarea concursului pentru sănătate și prim ajutor „Sanitarii pricepuți”.
4. Să participe la concurs pe baza principiilor de etică competițională, respectând eforturile și pregătirea fiecărui participant.
5. Să respecte angajamentul de protecție și conduită semnat la venirea în tabără.
6. Să adopte un comportament și un limbaj cuviincios față de toți participanții la concurs și față de personalul complexului de agrement unde sunt cazați la etapa națională.
7. Să adopte o ținută corespunzătoare (etică și morală).
8. Să se abțină de la provocarea de scandal la locul de desfășurare a competiției și să deterioreze însemnele și actele oficiale.
9. Să respecte regulamentul de organizare a concursului și regulile impuse de filiala de Cruce Roșie care organizează concursul.

Anexa 6

DOCUMENTE NECESARE PENTRU LEGITIMAREA MEMBRILOR ECHIPAJELOR, LA TOATE ETAPELE CONCURSULUI

- Tabel nominal, cuprinzând membri echipajului, în care se vor menționa, pentru fiecare elev: numele, clasa. Tabelul va purta semnătura directorului și ștampila școlii.
- Carnetele de elev, pentru toți membri echipajului, cu viza școlii pe anul școlar în curs

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