Proposta 1 - "Risoterapia e Reanimação fazem bem ao coração"

Proponentes:
Nelson Lourenço de Oliveira Martins – 5084
Isabel Videira

Âmbito: Jardim Infantil e Escolas Primárias

Público-alvo: Crianças do ensino pré-escolar e 1º ciclo

Objectivos:
Sensibilizar a criança para a importância da chamada de emergência e de gestos de reanimação cardiorrespiratória

Descrição pormenorizada da proposta/projecto:
- Pretende este projeto sensibilizar as crianças sobre o que deve ser feito em caso de emergência médica e como realizar manobras de SBV em vítimas de paragem cardiorrespiratória, dando particular ênfase à importância do Número Europeu de Emergência – 112, aplicando o mais cedo possível manobras de SBV.

- Dar a conhecer os benefícios do riso quer a nível físico, mental e emocional

Previsão de custos: 500€ (quinhentos euros)

Indicadores de avaliação:
Demonstrativo em role play onde o formador exemplifica os gestos a adotar numa vítima inconsciente (algoritmo do SBV bem como a posição lateral e segurança) e onde as crianças são colocadas em semicírculo para que consigam manter o contacto visual entre elas, e realizam exercícios profundos de respiração (consciencialização dos tempos inspiratórios e expiratórios), e alongamentos com ajuda de bastões de papel para começar a aquecer o corpo e melhorar a sua oxigenação.

Num segundo momento, batem palmas no ritmo 1-2, 1-2-3, enquanto se canta *ho-ho-ha-ha-ha* e durante aproximadamente quarenta minutos, realiza-se com o grupo exercícios de riso.