



BIEGNĄC
POMOCĄ

KAMPANIA SPOŁECZNA PCK

„Biegnąc z pomocą”

Kampania skierowana jest do biegaczy, organizatorów imprez biegowych, osób przeszkolonych z udzielania pierwszej pomocy a biorących udział w zawodach biegowych, oraz pracowników i członków PCK oraz innych organizacji mających wpływ na bezpieczeństwo publiczne.

Rozwój kultury fizycznej i popularyzacja biegania jako najprostszej formy ruchu jest nie tylko coraz bardziej powszechne, ale również stało się modne.

W Polsce ilość imprez biegowych wzrasta z roku na rok, co za tym idzie, ilość biegających osób jest coraz więcej. Ilość zasłabnięć, zatrzymań krążenia oraz zgonów już nikogo mocno nie dziwi, ale przeraża organizatorów.

Obsługa medyczna imprez jest coraz lepsza, jednak praktyka pokazuje, że najczęściej pierwszej pomocy udzielają sami biegacze, zanim dojadą służby medyczne. Wśród biegaczy są ratownicy, strażacy, członkowie PCK, lekarze. I to właśnie oni najczęściej potrafią rozpoznać stany zagrożenia życia.

Sami biegacze widzą potrzebę zdobywania umiejętności udzielania pierwszej pomocy i coraz częściej chodzą do lekarza i trenują pod okiem specjalistów.

Jednak największa ilość osób to osoby początkujące, z ukrytymi wadami i często z dużymi ambicjami nie popartymi systematycznym treningiem. One najczęściej ulegają kontuzjom oraz innymi poważnym zachorowaniom.

Celem tej Kampanii jest wdrożenie systemu szkoleń dla organizatorów imprez biegowych oraz biegaczy, aby zwiększyć bezpieczeństwo na tego typu imprezach.

Propagowanie idei niosącego pomoc bezinteresownego Henriego Dunanta oraz przypomnienie założycieli Czerwonego Krzyża w dobie 100 Rocznicy Powstania Polskiego Czerwonego Krzyża to jest cel nadrzędny tej kampanii.

Kim są „Biegnący z pomocą”

-Są to biegacze o różnym stopniu sprawności, przeszkolone z zakresu udzielania I pomocy. - Biegną w specjalnych kamizelkach lub koszulkach z logiem Polskiego Czerwonego Krzyża (zabrania się wykorzystania znaku Czerwonego Krzyża w innej formie niż mówi o tym konwencja genewska)

- U dołu kamizelki lub koszulki męskiej może być napis „Dunant” na cześć założyciela Czerwonego Krzyża Henrii Dunanta lub napis „Biegący z pomocą” albo „ wolontariusz” .

-U dołu kamizelki lub koszulki damskiej może być napis „Helena” na cześć założycielki Polskiego Czerwonego Krzyża – Heleny Paderewskiej lub napis „Biegący z pomocą” albo „wolontariusz”.

Koszulki z logo PCK można zakupić w Oddziale Wojewódzkim PCK.

Tak oznaczona osoba jest widoczna, nie tylko propaguje idee czerwonokrzyżskie, ale również zwiększa poczucie bezpieczeństwa organizatorów imprez biegowych oraz samych biegaczy.

Udział w kampanii „Biegąc z pomocą” nie zwalnia organizatorów imprezy biegowej z zatrudnienia profesjonalnej obsługi medycznej odpowiedzialnej za zabezpieczenie medyczne biegu.

- Dopuszczalne jest również przypięcie numerów startowych zawodników, nie mogą one jednak zasłaniać znaku Czerwonego Krzyża.

- Biegacze biorący udział w imprezie biegowej są poinformowani u udziale w zawodach dodatkowych osób czuwających nad ich bezpieczeństwem.

Zasady wprowadzenia kampanii „ Biegąc z pomocą”

- osoby chcące zostać „ **Biegącymi z pomocą**” muszą przejść szkolenie z pierwszej Pomocy organizowane przez PCK i uzyskać stosowny certyfikat.

- organizator imprezy biegowej biorący udział w kampanii ,w regulaminie swojego biegu uwzględnia ilość „**Biegących z pomocą**” i zwalnia je całkowicie lub częściowo z opłaty startowej.

- organizator zakupuje na własny koszt kamizelki, lub koszulki które użycza „ Biegącym z pomocą” i sprawdza ważność certyfikatu .

- **biegacz w kamizelce, koszulce biegnie i zawsze priorytetem jest dla niego,, drugi człowiek” a nie wynik sportowy.**

- „Biegący z pomocą” uczestniczy również w spotkaniach organizatora imprezy biegowej

i zapoznaje się z zasadami funkcjonowania zabezpieczenia medycznego.

-„ Biegący z pomocą” powinni posiadać własne apteczki.

Zadania Polskiego Czerwonego Krzyża w zakresie wprowadzenia Kampanii „ Biegący z pomocą” .

- Zadaniem Zarządów Okręgowych i Wojewódzkich jest darmowe przeszkolenie przedstawicieli klubów biegaczy w celach wprowadzenia kampanii(rok 2019) oraz rozpropagowanie jej różnymi środkami.

Przeszkolony klub może umieścić sobie w regulaminie znak Czerwonego Krzyża z logiem Kampanii

„ Biegąc z pomocą”



Szkolenia indywidualne dla biegaczy organizowane są według zasad szkolenia danych Zarządów PCK
Wszelkie pytania i uwagi należy zgłaszać pod nr tel .68 325 38 12 (Lubuski Oddział Okręgowy PCK) lub
do pomysłodawcy kampanii Zuzanny Hołyńskiej tel .692314928