



HELDEN- TRAINING

KOMM INS HELDENTEAM VON SAM



**WICHTIGE
SICHERHEITSTIPPS**



**TOLLE RÄTSEL
& AUSMALBILDER**



**MIT QUIZ &
HELDENURKUNDE**

AUFGEPASST!

Seid ihr bereit Helden in Sachen Sicherheit zu werden?
Lernt mit Feuerwehrmann Sam™ und seinem Team, wie ihr Gefahren durch Feuer, Wasser, in eurem Zuhause und unterwegs vermeiden könnt. Auch im Umgang mit Tieren gibt es Einiges zu beachten.

WAS TUN, WENN ES BRENNT ODER EIN UNFALL PASSIERT IST?

Suche in Notsituationen zuerst Hilfe bei einem Erwachsenen.
Wenn kein Erwachsener in der Nähe ist, wähle die Notrufnummer 112.
Hier bekommst du schnelle Hilfe.

NOTRUF – SO GEHT'S!

Wähle die Telefonnummer **112**

- 1 Wo** ist es passiert? Nenne den Ort, Straße und Hausnummer.
- 2 Was** ist passiert? Beschreibe kurz, welcher Unfall passiert ist oder ob es brennt.
- 3 Wer** ruft an? Sage deinen vollständigen Namen.
- 4 Warten!** Lege nicht auf, sondern warte, ob es noch weitere Fragen gibt.

Am besten trainierst du das Absetzen eines Notrufes mit einem Erwachsenen auf einem Spielzeug-Telefon. So bleibst du in Übung und weißt ganz genau, was in einem Ernstfall zu tun ist.

Wichtig: Wähle die Notrufnummer nie zum Spaß, sondern nur, wenn wirklich etwas passiert ist.



SICHER VOR FEUER

Sams Tipps zum Schutz vor Bränden

- 1** Spiele nie mit Streichhölzern oder Feuerzeugen.
- 2** Lass Kerzen nicht unbeaufsichtigt brennen.
- 3** Spiele nicht in der Nähe von offenem Feuer und halte stets Abstand.
- 4** Verstecke dich niemals, wenn es brennt. Bei einem Brand musst du immer sofort das Gebäude verlassen und dich draußen in Sicherheit bringen.



Weitere spannende Sicherheitstipps und -clips gibt's auf den offiziellen Social Media Kanälen von Feuerwehrmann Sam.



FINDE DIE UNTERSCHIEDE

Kannst du alle 8
Unterschiede zwischen
den beiden Bildern
von Sam und Elvis im
Einsatz entdecken?



SICHERHEITS-CHECK



Als Feuerwehrmann
ist es wichtig, stets
aufmerksam zu sein.

Schau dir diese Objekte
genau an und umkreise
diejenigen, die Feuer
verursachen könnten.



Weitere spannende Sicherheitstipps und -clips gibt's auf den
offiziellen Social Media Kanälen von Feuerwehrmann Sam.

DEIN EINSATZ: MALE SAM, NORMAN & PENNY BUNT AUS.

WASSER RETTUNG

Schnuffi wurde von den Wellen mitgerissen

Hilf Juno den richtigen Weg zu Schnuffi zu finden und zeichne ihn ein.



SICHER IM WASSER

Pennys wichtige Baderegeln

- 1** Schubse niemanden ins Wasser und achte darauf am Beckenrand nicht zu rennen. Auf nassem Boden kann man schnell ausrutschen.
- 2** Bei Gewitter musst du das Wasser sofort verlassen.
- 3** Gehe als Nichtschwimmer nur bis zum Bauch ins Wasser und immer in Begleitung eines Erwachsenen.
- 4** Bade nicht dort, wo Schiffe und Boote fahren.
- 5** Nehme Rücksicht und tauche andere nicht unter.



Weitere spannende Sicherheitstipps und -clips gibt's auf den offiziellen Social Media Kanälen von Feuerwehrmann Sam.



PONTYPANDY LABRYNTH

Norman ist zu spät für den Tag der offenen Tür der Feuerwache. Kannst du ihm zeigen, wie er am schnellsten dort hin kommt? Zeichne den Weg ein!

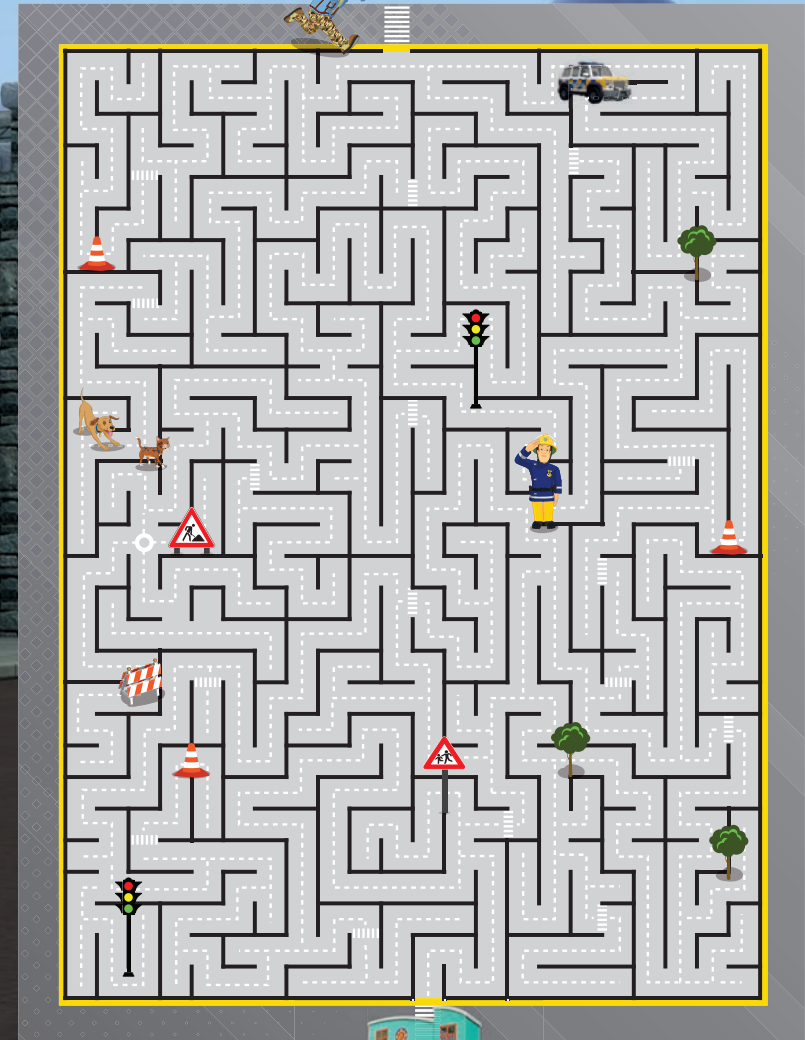


SICHER UNTERWEGS

Malcoms Tipps für Sicherheit im Straßenverkehr

Pass auf, dass du beim Spielen nicht auf die Straße gerätst. Selbst wenn dein Ball auf die Straße rollt, der Bordstein ist die Grenze.

- 1** Trage beim Fahrradfahren oder Skateboarding immer einen Helm.
- 2** Überquere die Straße nur bei grüner Ampel. Auch bei grün immer vorher nach links, nach rechts und wieder nach links schauen, ob auch wirklich alle Autofahrer angehalten haben.
- 3** Steig immer nur auf dem Gehweg aus.
- 4** Trage im Dunkeln helle Kleidung oder Reflektoren, damit du von allen Verkehrsteilnehmern gut gesehen wirst.



Weitere spannende Sicherheitstipps und -clips gibt's auf den offiziellen Social Media Kanälen von Feuerwehrmann Sam.



SICHERHEITSTIPPS

1. Bei Feuer verlasse ich sofort das Gebäude.

2. Im Schwimmbad schubse ich niemanden ins Wasser.

3. Ich stecke niemals meine Finger in eine Steckdose.

4. Der Bordstein ist die Grenze!
Ich renne nie auf die Straße.

5. Mit Tieren gehe ich stets sehr vorsichtig um.

6. NOTRUF 112
Wo? Wer? Was? Warten.

ANZEIGE



Simba
www.simbatoy.de

**CDs,
BDs &
DVDs**



DIE BÜCHER



ISBN 978-3-8332-4048-5



WWW.FIREMANSAM.COM/DE



ISBN 978-3-8332-4062-1



**JEDEN
MONAT
NEU!**

**FAN
MAGAZIN**

**IMMER
MIT
TOLLEM
EXTRA**



GEFAHR ERKANNT, GEFAHR GEBANNT!

Schaue dir die Bilder ganz genau an. Kannst du erkennen, wo hier die möglichen Gefahren für einen Unfall lauern? Welche Sicherheitstipps sollten Sarah, James, Norman und Mandy hier beachten?

Bespreche alle deine Ideen mit einem Erwachsenen.



SICHER ZUHAUSE

Elvis Tipps zur Vermeidung von Unfällen zuhause

- 1** Achte darauf, dass nichts auf den Treppen liegt und so zur Stolperfalle wird.
- 2** Stecke niemals Gegenstände oder Finger in eine Steckdose.
- 3** Nicht in der Nähe von elektrischen Geräten wie Herd oder Bügeleisen spielen, wenn sie angeschaltet sind.
- 4** Elektrische Geräte nie mit nassen Händen anfassen oder Getränke auf ihnen abstellen.
- 5** Rauchmelder müssen regelmässig von Erwachsenen überprüft werden.





SICHER MIT TIEREN

Ellies & Arnolds Tipps für den richtigen Umgang mit Tieren.

- 1** Sei beim Spielen mit Tieren stets aufmerksam und behandle sie vorsichtig. Tiere sind kein Spielzeug und sollten nicht geärgert werden.
- 2** Störe Tiere nicht beim Fressen oder Schlafen! Dir würde das sicher auch nicht gefallen.
- 3** Lass Tiere bei Hitze niemals allein im Auto!
- 4** Nähere dich fremden Haustieren langsam von Vorne und streichle sie nur mit Einverständnis des Besitzers.
- 5** Ein Tier, das gerade Junge geworfen hat, sollte man nicht anfassen. Auch Tierjunge sollten im Beisein des Muttertiers nicht angerührt werden.

MEERSCHWEINCHEN GESUCHT

Das Meerschweinchen der Zwillinge versteckt sich! Kannst du es in dem Bild unten entdecken?



SO FINDEST DU ZUHAUSE VERSTECKTE HAMSTER & MEERSCHWEINCHEN IM NU:

- 1** Stelle sicher, dass alle Fenster und Türen geschlossen sind.
- 2** Stelle Futter in die Nähe ihres Käfigs.
- 3** Verhalte dich ruhig bis sie wieder auftauchen.
- 4** Benutze ein Handtuch, um sie vorsichtig hochzuheben, wenn sie ängstlich sind.



Weitere spannende Sicherheitstipps und -clips gibt's auf den offiziellen Social Media Kanälen von Feuerwehrmann Sam.

TESTE DEIN WISSEN

HAST DU DIR ALLE SICHERHEITSTIPPS GUT EINGEPRÄGT?

Zeige, dass du ein wahrer Sicherheitsprofi bist und sichere dir deine Heldenurkunde!

1. WIE LAUTET DIE NOTRUFNUMMER?

- ☐ A 123
- ☐ B 199
- ☐ C 112

2. WELCHE FRAGEN MUSST DU BEI EINEM NOTRUF BEANTWORTEN?

- ☐ A Gar keine Fragen!
- ☐ B Wer-Was-Wo? Warten!
- ☐ C Wessen Schuld es ist.

3. WAS TUST DU, WENN ES BRENNT?

- ☐ A Ich versuche, das Feuer alleine zu löschen.
- ☐ B Ich verstecke mich.
- ☐ C Ich verlasse sofort das Gebäude.

4. WAS MUSST DU IM UMGANG MIT KERZEN BEACHTEN?

- ☐ A Möglichst viele auf einmal anzünden.
- ☐ B Sie über Nacht abbrennen lassen.
- ☐ C Sie nie unbeaufsichtigt brennen lassen.

5. WAS MUSST DU BEI GEWITTER IM WASSER TUN?

- ☐ A Nichts
- ☐ B Tauchen
- ☐ C Das Wasser sofort verlassen!

6. WAS SOLLTEST DU BEIM UMGANG MIT ELEKTRISCHEN GERÄTEN BEACHTEN?

- ☐ A Ich darf sie nur im Dunkeln benutzen.
- ☐ B Ich darf sie niemals mit nassen Händen anfassen.
- ☐ C Ich darf Getränke auf ihnen abstellen.

7. SOLLTE MAN GEGENSTÄNDE AUF DER TREPPE LIEGEN LASSEN?

- ☐ A Nein, es kann schnell jemand darüber stolpern.
- ☐ B Ja, dort sind Spielsachen sicher.
- ☐ C Es ist egal, ob dort Etwas liegt.

8. IN WELCHE RICHTUNG MUSST DU BEIM ÜBERQUEREN EINER STRASSE SCHAUEN?

- ☐ A Nach links, rechts und dann wieder nach links
- ☐ B Nur rechts
- ☐ C Nur links

9. WIE LANGE DARF EIN TIER IM SOMMER ALLEIN IM GESCHLOSSENEN AUTO BLEIBEN?

- ☐ A Eine Stunde.
- ☐ B Gar nicht! Es wird lebensgefährlich heiß im Auto.
- ☐ C So lange es will.

Auflösung: 1C, 2B, 3C, 4C, 5C, 6B, 7A, 8A, 9B

ANZEIGE

HELDENHAFT ZÄHNEPUTZEN

Auch auf seine Zähne muss man gut aufpassen, damit sie gesund bleiben!

Darum putzen Zahnputzheld*innen mindestens 2x täglich die Zähne!

Damit Karies Bakterien keine Chance haben, zeigt Euch Sam unten, wie man es richtig macht.



Liebe Eltern, **machen Sie mit.** Putzen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind. **Das motiviert und macht Spaß!** Bitte kontrollieren Sie das Zahnputzergebnis und putzen Sie ggf. nach.



SAM und Signal ERKLÄREN WIE MAN RICHTIG ZÄHNE PUTZT- Die KAI Methode

Richtig Zähneputzen ist gar nicht schwer. Am einfachsten geht es mit der KAI Methode. Das heißt zuerst die **Kauflächen**, danach die **Außenflächen** & zum Schluss die **Innenseiten** putzen.

1 Als Erstes die **Kauflächen** ...

waagrecht putzen: Erst oben rechts nach oben links, dann unten rechts nach unten links mit kurzen Vor- und Rückwärtsbewegungen.



... dann kommen die **Außenflächen**.

Los geht's: Zähne aufeinanderbeißen und dann die Außenflächen mit **kreisenden Bewegungen** putzen. Zuerst von hinten rechts zur Mitte. Dann von hinten links zur Mitte. Zum Schluss die vorderen Zähne.

2



3 ... und schließlich die **Zahn-Innenseiten**.

Zahnbürste senkrecht halten und von rot nach weiß putzen, also vom Zahnfleisch zu den Zahnkronen.



2 Minuten geputzt und an alle Zähne gedacht?

Super, dann bist du fertig. Zahnpasta ausspucken, aber nicht mit Wasser ausspülen. So kann das Fluorid in der Zahnpasta besser nachwirken und deine Zähne vor Karies schützen.





KOMM INS HELDENTEAM VON SAM

ZERTIFIKAT

FÜR DIE ERFOLGREICHE TEILNAHME
AM HELDENTRAINING



WIRD AUSGEZEICHNET:



SUPER GEMACHT - WIE EIN
ECHTER SICHERHEITSPROFI!

DATUM

TT / MM / JJ

UNTERZEICHNET VON

N. Steele

HAUPTFEUERWEHRMANN STEELE

