



PIERWSZA POMOC **KURS PODSTAWOWY** **- 16 godzin dydaktycznych/ zwykle 2 dni**

Kurs przeznaczony jest zarówno dla osób, które nie miały wcześniej do czynienia z pierwszą pomocą, jak i dla tych, którzy pragną usystematyzować już posiadane wiadomości.

Składa się przede wszystkim z zajęć praktycznych – omówienia teoretyczne stosowane są jedynie jako wstęp do ćwiczeń, który ma uświadomić uczestnikom, w jakich sytuacjach (i z jakiego powodu) należy dane czynności wykonywać.

Zajęcia praktyczne odbywają się zarówno na pozorantach (badanie poszkodowanego, układanie w pozycji bocznej, zakładanie opatrunków i unieruchamianie), jak i na manekinach (podstawowe podtrzymywanie życia – resuscytacja krążeniowo-oddechowa).

Osoby po pozytywnym zaliczeniu kursu otrzymują zaświadczenie honorowane w Unii Europejskiej. Kurs ten jest certyfikowany przez Centrum Referencyjne ds. Nauczania Pierwszej Pomocy.

Program kursu podstawowego **wg wytycznych Europejskiej Rady Resuscytacji i Czerwonego Krzyża:**

- Definicja pierwszej pomocy i uwarunkowania prawne.
- Zasady udzielania pierwszej pomocy.
- Etapy udzielania pierwszej pomocy.
- Sytuacje zagrażające życiu i zdrowiu. Ocena sytuacji i zabezpieczenie miejsca zdarzenia.
- Ocena stanu poszkodowanego, kontrola czynności życiowych.
- Przyczyny zmiany pozycji. Bezpiecznie odwracanie z brzucha na plecy.
- Postępowanie z poszkodowanym nieprzytomnym. Zastosowanie pozycji bocznej.
- Wezwanie pomocy.
- Postępowanie w przypadku braku oddechu – Podstawowe Podtrzymywanie Życia.
- Postępowanie w przypadku: omdleń, drgawek, zadławienia, bólu w klatce piersiowej, udaru mózgu.
- Postępowanie w przypadku ran i krwotoków; zmięddżeń i amputacji.
- Postępowanie w przypadku wstrząsu.
- Postępowanie w przypadku oparzeń.
- Postępowanie w przypadku złamań, skręceń, zwichnięć.
- Zasady ewakuacji poszkodowanego.
- Postępowanie w przypadku urazów kręgosłupa i głowy.
- Apteczka pierwszej pomocy – omówienie, prezentacja.



PIERWSZA POMOC **KURS PODSTAWOWY** **- 16 godzin dydaktycznych/ zwykle 2 dni**

Zalety kursu:

- komfortowa dwu dniowa forma szkolenia 16 godzin dydaktycznych (12 godzin zegarowych)
- trzykrotnie powtarzane moduły ćwiczeń dla wszystkich uczestników z zakresu postępowania z osobą nieprzytomną.
- imienne, dwujęzyczne zaświadczenie o odbyciu kursu, z certyfikatem Globalnego Centrum Referencyjnego ds. Nauczania Pierwszej Pomocy. Zaświadczenie ważne 2 lata.
- szkolenie trwa 2 dni co pozwala na ugruntowanie wiedzy i wyjaśnienie wątpliwości w trakcie drugiego dnia szkolenia.
- możliwość zobaczenia oraz przećwiczenia postępowania z pozorowanymi urazami.
- tematy dotyczące zachorowań i urazów są omawiane bardzo szczegółowo.

Kurs przeznaczony dla grup do 10 osób. (istnieje możliwość zwiększenia grupy szkoleniowej do 15 osób).

Kadra - Instruktorzy Polskiego Czerwonego Krzyża posiadają również kwalifikacje: Ratowników Medycznych i Instruktorów Europejskiej Rady Resuscytacji.

Koszt kursu – W celu ustalenia ceny, prosimy o kontakt z naszym Oddziałem telefonicznie, bądź e-mailowo. Każde szkolenie w zależności od ilości osób wyceniane jest indywidualnie.