

Szkolenie dla wolontariuszy

PIERWSZA POMOC PRZEDMEDYCZNA (ze szczególnym uwzględnieniem udzielania pomocy osobom starszym)

Informacja o trenerze:

Adrian Gluza - od 2011 roku jestem Żołnierzem Zawodowym (aktualnie pełnię służbę w oddziałach Wojskowej Straży Pożarnej w strukturach Sił Powietrznych a zajmuję się zawodowo Ratownictwem Lotniskowym).

W 2014 roku ukończyłem studia na kierunku Ratownictwo Medyczne, od tego czasu pracowałem przez rok w Szpitalnym Oddziale Ratunkowym Wojskowego Instytutu Medycznego w Warszawie oraz przez okres 4 lat w zespołach ratownictwa medycznego.

W 2017 roku ukończyłem studia z zakresu Bezpieczeństwa Narodowego w specjalizacji zarządzania kryzysowego w Akademii Sztuki Wojennej w Warszawie. Szkoleniami z pierwszej pomocy zajmuję się od 2018 roku 😊

Cele szkolenia:

- Zgłębienie wiedzy teoretycznej w zakresie udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej
- Przygotowanie uczestników do samodzielnego udzielania pierwszej pomocy, w stanach nagłych, sytuacjach zagrożenia życia
- Zwiększenie u wolontariuszy śmiałości i odwagi do podejmowania interwencji

Metody:

Szkolenie będzie prowadzone metodami aktywnymi, z bezpośrednim udziałem uczestników. Metody: mini-wykłady, dyskusje, symulacje, prezentacje, ćwiczenia z wykorzystaniem fantomów i AED. Uczestnicy szkolenia otrzymują zaświadczenie, które ważne jest przez okres 2 lat.

Ramowy program:

Część 1 – Podstawowe zabiegi ratujące życie + AED (3 godziny)

- Standardy postępowania w udzielaniu pierwszej pomocy
- Nagłe zatrzymanie krążenia – co to dokładnie oznacza
- Łańcuch przeżycia



- Prawo w udzielaniu pierwszej pomocy
- Bezpieczeństwo na miejscu zdarzenia
- Ocena osoby nieprzytomnej
- Ocena funkcji życiowych
- Skuteczne wzywanie pomocy – numery alarmowe
- Pozycja boczna– ćwiczenia sytuacyjne
- Postępowanie z osobą nieprzytomną
- Prowadzenie resuscytacji krążeniowo-oddechowej u dorosłych
- Postępowanie przy zadławieniu u dorosłych
- Zapoznanie z urządzeniem AED i zasadami jego działania
- Praktyczne prowadzenie resuscytacji krążeniowo-oddechowej z wykorzystaniem AED u dorosłych

Część 2 – Stany nagłe (1 godzina)

- Wstrząs (rodzaje i postępowanie)
- Omdlenie
- Ból w klatce piersiowej – zawał
- Udar mózgu
- Udar cieplny
- Hipotermia
- Stany nagłe w cukrzycy
- Napad duszności
- Napad drgawek
- Postępowanie z poszkodowanym pod wpływem narkotyków i alkoholu

Część 3 – Urazy i obrażenia ciała (2 godziny)

- Postępowanie z poszkodowanym po urazie
- Tamowanie masywnych krwotoków
- Oparzenia
- Uraz kręgosłupa

Termin i miejsce:

4.10.2025 (sobota), godzina 10:00 - 16:00

Miejsce: Dom Sąsiedzki nad Stawem Ul. Pełczyńskiego 30B

Zgłoszenia:

Zgłoszenia do **29.09.2025**, poprzez e-mail: kontakt@zalogujpomagaj.waw.pl

W trakcie szkolenia zapewniamy poczęstunek i przerwę obiadową.

Uwaga ilość miejsc ograniczona. Decyduje kolejność zgłoszeń.



projekt finansuje
miasto stołeczne
Warszawa

ZALOGUJ
i **POMAGAJ**



projekt realizuje
Stowarzyszenie
Q Rozwojowi