



## Opiekun osób starszych i niepełnosprawnych

Numer usługi 2024/05/31/162229/2166780

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 48 h

📅 17.08.2024 do 27.08.2024

TRAINING GROUP  
Sp. z o.o.



4 500,00 PLN brutto

4 500,00 PLN netto

93,75 PLN brutto/h

93,75 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

|                                        |                                                                                                                                                |
|----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Kategoria</b>                       | Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty                                                                                             |
| <b>Sposób dofinansowania</b>           | wsparcie dla osób indywidualnych<br>wsparcie dla pracodawców i ich pracowników                                                                 |
| <b>Grupa docelowa usługi</b>           | Osoby zainteresowane zdobyciem nowych kwalifikacji, uprawnień i kompetencji na stanowisko opiekuna osób starszych, chorych i niepełnosprawnych |
| <b>Minimalna liczba uczestników</b>    | 1                                                                                                                                              |
| <b>Maksymalna liczba uczestników</b>   | 5                                                                                                                                              |
| <b>Data zakończenia rekrutacji</b>     | 16-08-2024                                                                                                                                     |
| <b>Forma prowadzenia usługi</b>        | zdalna w czasie rzeczywistym                                                                                                                   |
| <b>Liczba godzin usługi</b>            | 48                                                                                                                                             |
| <b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b> | Certyfikat ICVC - SURE (Standard Usług Rozwojowych w Edukacji): Norma zarządzania jakością w zakresie świadczenia usług rozwojowych            |

## Cel

### Cel edukacyjny

Uczestnicy szkolenia zdobędą kompleksową wiedzę i umiejętności niezbędne do profesjonalnego, empatycznego i skutecznego wykonywania swojej pracy. Będą w stanie zapewnić wysokiej jakości opiekę, respektując prawa i godność podopiecznych, a także będą potrafili zarządzać własnym zdrowiem psychicznym i fizycznym, aby unikać wypalenia

zawodowego. Dzięki temu szkoleniu, opiekunowie będą lepiej przygotowani do stawiania czoła wyzwaniom związanym z opieką nad osobami starszymi i niepełnosprawnymi.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

| Efekty uczenia się                                                                                                                                 | Kryteria weryfikacji                                                                                                                                                                                                            | Metoda walidacji |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
|                                                                                                                                                    | - Posługuje się wiedzą dotyczącą aktywizacji osób niepełnosprawnych                                                                                                                                                             | Test teoretyczny |
| posiada wiedzę na temat opieki nad osobami starszymi i niepełnosprawnymi                                                                           | - Posługuje się wiedzą dotyczącą roli opieki społecznej<br>- Posługuje się wiedzą dotyczącą anatomii i fizjologii człowieka<br>- Posługuje się wiedzą dotyczącą zmian rozwojowych zachodzących w różnych fazach życia człowieka | Test teoretyczny |
|                                                                                                                                                    | - Omawia i charakteryzuje kwestie dotyczące aktywizacji osób niepełnosprawnych                                                                                                                                                  | Test teoretyczny |
|                                                                                                                                                    | - Posługuje się wiedzą dotyczącą pierwszej pomocy przedmedycznej                                                                                                                                                                | Test teoretyczny |
| posiada umiejętności niezbędne do opieki nad osobami w podeszłym wieku oraz z niepełnosprawnościami.                                               | potrafi opiekować się osobami starszymi i niepełnosprawnymi                                                                                                                                                                     | Wywiad swobodny  |
|                                                                                                                                                    | potrafi udzielać pierwszej pomocy przedmedycznej                                                                                                                                                                                | Wywiad swobodny  |
| posiada kompetencje społeczne w zakresie komunikacji interpersonalnej, organizacji pracy, empatii i cierpliwości oraz posiada wrażliwość kulturową | potrafi zrozumieć potrzeby i uczucia podopiecznych                                                                                                                                                                              | Wywiad swobodny  |
|                                                                                                                                                    | efektywnie porozumiewa się z osobami starszymi i niepełnosprawnymi oraz ich rodzinami.                                                                                                                                          | Wywiad swobodny  |
|                                                                                                                                                    | respektuje różnorodności kulturowe i indywidualne potrzeb podopiecznych                                                                                                                                                         | Wywiad swobodny  |

## Kwalifikacje

### Inne kwalifikacje

#### Uznane kwalifikacje

Pytanie 1. Czy wydany dokument jest potwierdzeniem uzyskania kwalifikacji w zawodzie?

tak

Pytanie 4. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kwalifikacji jest rozpoznawalny i uznawalny w danej branży/sektorze (czy certyfikat otrzymał pozytywne rekomendacje od co najmniej 5 pracodawców danej branży/sektorów lub związku branżowego, zrzeszającego pracodawców danej branży/sektorów)?

Certyfikat ICVC/OS 20007.18 Opiekun Osoby Starszej i Niepełnosprawnej jest rozpoznawalny i uznawalny w branży.

## Informacje

|                                                               |                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Podstawa prawna dla Podmiotów / kategorii Podmiotów</b>    | uprawnionych do wydawania dokumentów potwierdzających uzyskanie kwalifikacji, w tym w zawodzie |
| <b>Nazwa/Kategoria Podmiotu prowadzącego walidację</b>        | ICVC Certyfikacja Sp. z o.o.                                                                   |
| <b>Podmiot prowadzący walidację jest zarejestrowany w BUR</b> | Tak                                                                                            |
| <b>Nazwa/Kategoria Podmiotu certyfikującego</b>               | ICVC Certyfikacja Sp. z o.o.                                                                   |
| <b>Podmiot certyfikujący jest zarejestrowany w BUR</b>        | Tak                                                                                            |

## Program

Dzień 1: Wprowadzenie do Opieki nad Osobami Starszymi i Niepełnosprawnymi

- **Wprowadzenie do Szkolenia:**
  - Cele szkolenia
  - Przegląd programu
- **Podstawowe Pojęcia i Definicje:**
  - Starzenie się i niepełnosprawność
  - Kluczowe aspekty opieki
- **Proces Starzenia się:**
  - Fizjologiczne zmiany związane z wiekiem
  - Typowe problemy zdrowotne osób starszych
- **Rodzaje Niepełnosprawności:**
  - Fizyczne
  - Umysłowe
  - Sensoryczne

Dzień 2: Higiena Osobista i Żywnienie

- **Higiena Osobista:**
  - Mycie i kąpiel
  - Pielęgnacja skóry
  - Ubieranie i zmiana bielizny
- **Żywnienie i Przygotowanie Posiłków:**
  - Planowanie posiłków

- Diety specjalne
- Techniki przygotowywania posiłków
- **Podawanie Leków:**
  - Zasady podawania leków
  - Monitorowanie przyjmowania leków

#### Dzień 3: Techniki Transferu i Mobilności

- **Bezpieczne Podnoszenie i Przenoszenie:**
  - Techniki minimalizujące ryzyko urazów
  - Używanie urządzeń wspomagających
- **Wsparcie w Poruszaniu się:**
  - Korzystanie z wózka inwalidzkiego
  - Chodziki i inne urządzenia wspomagające
- **Pierwsza Pomoc:**
  - Podstawowe techniki pierwszej pomocy
  - Rozpoznawanie objawów chorób

#### Dzień 4: Komunikacja i Relacje Interpersonalne

- **Empatyczna Komunikacja:**
  - Nawiązywanie relacji z podopiecznymi
  - Rozumienie potrzeb i emocji
- **Aktywne Słuchanie:**
  - Techniki aktywnego słuchania
  - Budowanie zaufania
- **Wsparcie Emocjonalne:**
  - Pomoc psychologiczna w trudnych momentach
  - Motywowanie do aktywności

#### Dzień 5: Aspekty Prawne i Etyczne

- **Prawa Osób Starszych i Niepełnosprawnych:**
  - Znajomość przepisów prawnych
  - Ochrona praw podopiecznych
- **Etyka Zawodowa:**
  - Zasady etyki zawodowej
  - Poszanowanie godności, autonomii i prywatności
- **Procedury i Instytucje Wspierające:**
  - Jak ubiegać się o swoje prawa
  - Reakcje na naruszenia praw osobistych

#### Dzień 6: Zarządzanie Stresem i Wypaleniem Zawodowym, Aktywność Fizyczna i Społeczna

- **Radzenie Sobie ze Stresem:**
  - Techniki relaksacyjne
  - Zapobieganie wypaleniu zawodowemu
- **Aktywność Fizyczna:**
  - Ćwiczenia dostosowane do możliwości podopiecznych

- Korzyści zdrowotne regularnej aktywności fizycznej
- **Aktywność Społeczna:**
  - Organizacja zajęć społecznych i kulturalnych
  - Zachęcanie do uczestnictwa w życiu społecznym
- **Podsumowanie Szkolenia:**
  - Przegląd zdobytej wiedzy i umiejętności
  - Q&A i sesja feedbackowa
  - Walidacja

#### Podsumowanie

Plan szkolenia "Opiekun osób starszych i niepełnosprawnych" zapewnia kompleksowe przygotowanie uczestników do pracy w roli opiekuna, obejmując zarówno aspekty praktyczne, jak i teoretyczne. Każdy dzień szkolenia skoncentrowany jest na kluczowych obszarach opieki, od codziennych czynności higienicznych i żywieniowych, przez techniki mobilności, komunikację i wsparcie emocjonalne, po aspekty prawne, etyczne oraz zarządzanie stresem. Dzięki temu uczestnicy będą dobrze przygotowani do efektywnego, empatycznego i etycznego wykonywania swoich obowiązków opiekuna.

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 21

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                                                | Prowadzący      | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>1 z 21</b><br>Wprowadzenie do Szkolenia:<br>Cele szkolenia<br>Przegląd programu-<br>wykład, rozmowa na żywo                                         | Anna Siemieniec | 17-08-2024            | 08:00               | 10:00               | 02:00         |
| <b>2 z 21</b><br>Podstawowe Pojęcia i Definicje:<br>Starzenie się i niepełnosprawność Kluczowe aspekty opieki,<br>wykład, rozmowa na żywo              | Anna Siemieniec | 17-08-2024            | 10:00               | 12:00               | 02:00         |
| <b>3 z 21</b> Proces Starzenia się:<br>Fizjologiczne zmiany związane z wiekiem<br>Typowe problemy zdrowotne osób starszych,<br>wykład, rozmowa na żywo | Anna Siemieniec | 17-08-2024            | 12:00               | 14:00               | 02:00         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                                           | Prowadzący      | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>4 z 21</b> Rodzaje Niepełnosprawności: Fizyczne Umysłowe Sensoryczne, wykład, rozmowa na żywo                                                  | Anna Siemieniec | 17-08-2024            | 14:00               | 16:00               | 02:00         |
| <b>5 z 21</b> Higiena Osobista: Mycie i kąpiel Pielęgnacja skóry Ubieranie i zmiana bielizny, wykład, rozmowa na żywo                             | Anna Siemieniec | 18-08-2024            | 08:00               | 10:00               | 02:00         |
| <b>6 z 21</b> Żywnienie i Przygotowanie Posiłków: Planowanie posiłków Diety specjalne Techniki przygotowywania posiłków, wykład na żywo           | Anna Siemieniec | 18-08-2024            | 10:00               | 13:00               | 03:00         |
| <b>7 z 21</b> Podawanie Leków: Zasady podawania leków Monitorowanie przyjmowania leków, wykład na żywo, prezentacja                               | Anna Siemieniec | 18-08-2024            | 13:00               | 16:00               | 03:00         |
| <b>8 z 21</b> Bezpieczne Podnoszenie i Przenoszenie: Techniki minimalizujące ryzyko urazów Używanie urządzeń wspomagających , wykład, prezentacja | Anna Siemieniec | 20-08-2024            | 08:00               | 11:00               | 03:00         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                                         | Prowadzący      | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>9 z 21</b> Wsparcie w Poruszaniu się: Korzystanie z wózka inwalidzkiego Chodziki i inne urządzenia wspomagające, wykład, prezentacje na żywo | Anna Siemieniec | 20-08-2024            | 11:00               | 13:00               | 02:00         |
| <b>10 z 21</b> Pierwsza Pomoc: Podstawowe techniki pierwszej pomocy Rozpoznawanie objawów chorób- wykład, prezentacje na żywo                   | Anna Siemieniec | 20-08-2024            | 13:00               | 16:00               | 03:00         |
| <b>11 z 21</b> Aktywne Słuchanie: Techniki aktywnego słuchania Budowanie zaufania, wykład na żywo                                               | Anna Siemieniec | 24-08-2024            | 08:00               | 10:00               | 02:00         |
| <b>12 z 21</b> Empatyczna Komunikacja: Nawiązywanie relacji z podopiecznymi Rozumienie potrzeb i emocji, wykład na żywo                         | Anna Siemieniec | 24-08-2024            | 10:00               | 13:00               | 03:00         |
| <b>13 z 21</b> Wsparcie Emocjonalne: Pomoc psychologiczna w trudnych momentach Motywowanie do aktywności, wykład na żywo                        | Anna Siemieniec | 24-08-2024            | 13:00               | 16:00               | 03:00         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                                                  | Prowadzący      | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 14 z 21 Prawa Osób Starszych i Niepełnosprawnych: Znajomość przepisów prawnych<br>Ochrona praw podopiecznych, wykład na żywo                             | Anna Siemieniec | 25-08-2024            | 08:00               | 10:00               | 02:00         |
| 15 z 21 Etyka Zawodowa: Zasady etyki zawodowej<br>Poznanowanie godności, autonomii i prywatności                                                         | Anna Siemieniec | 25-08-2024            | 10:00               | 13:00               | 03:00         |
| 16 z 21 Procedury i Instytucje Wspierające: Jak ubiegać się o swoje prawa<br>Reakcje na naruszenia praw osobistych                                       | Anna Siemieniec | 25-08-2024            | 13:00               | 16:00               | 03:00         |
| 17 z 21 Radzenie Sobie ze Stresem: Techniki relaksacyjne<br>Zapobieganie wypaleniu zawodowemu, wykład i prezentacje na żywo                              | Anna Siemieniec | 27-08-2024            | 08:00               | 10:00               | 02:00         |
| 18 z 21 Aktywność Fizyczna: Ćwiczenia dostosowane do możliwości podopiecznych<br>Korzyści zdrowotne regularnej aktywności fizycznej, prezentacje na żywo | Anna Siemieniec | 27-08-2024            | 10:00               | 12:00               | 02:00         |



| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                                           | Prowadzący      | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>19 z 21</b><br>Aktywność Społeczna: Organizacja zajęć społecznych i kulturalnych Zachęcanie do uczestnictwa w życiu społecznym, wykład na żywo | Anna Siemieniec | 27-08-2024            | 12:00               | 14:00               | 02:00         |
| <b>20 z 21</b><br>Podsumowanie Szkolenia: Przegląd zdobytej wiedzy i umiejętności Q&A i sesja feedbackowa, rozmowa na żywo                        | Anna Siemieniec | 27-08-2024            | 14:00               | 15:45               | 01:45         |
| <b>21 z 21</b> walidacja                                                                                                                          | -               | 27-08-2024            | 15:45               | 16:00               | 00:15         |

## Cennik

### Cennik

| Rodzaj ceny                               | Cena         |
|-------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 4 500,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto  | 4 500,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                 | 93,75 PLN    |
| Koszt osobogodziny netto                  | 93,75 PLN    |
| W tym koszt walidacji brutto              | 250,00 PLN   |
| W tym koszt walidacji netto               | 250,00 PLN   |
| W tym koszt certyfikowania brutto         | 250,00 PLN   |

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

**Anna Siemieniec**

magister pielęgniarstwa, posiada wieloletnie doświadczenie w prowadzeniu szkoleń z pierwszej pomocy, pielęgniarstwa oraz opieki nad osobami starszymi i niepełnosprawnymi.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

skrypt,

## Warunki techniczne

Warunki techniczne: komputer lub smartfon z dostępem do internetu oraz kamerką.

platforma: Microsoft Teams

Minimalne wymagania sprzętowe:

1. **Komputer:** Wsparcie dla systemu operacyjnego Windows, macOS lub Linux. Możliwe jest również korzystanie z aplikacji mobilnej na urządzeniach z systemem Android lub iOS.
2. **Procesor:** W miarę możliwości procesor Intel Core i3 lub równoważny.
3. **Pamięć RAM:** Co najmniej 4 GB RAM.
4. **Karta graficzna:** Zintegrowana karta graficzna lub dedykowana karta graficzna dla lepszej jakości transmisji wideo.
5. **Dysk twardy:** Wolne miejsce na dysku twardym dla ewentualnego pobierania materiałów szkoleniowych.
6. **Kamera internetowa:** Wbudowana kamera internetowa lub zewnętrzna kamera USB w celu uczestnictwa w sesjach wideo.
7. **Mikrofon:** Wbudowany mikrofon lub zewnętrzny mikrofon USB dla udziału w rozmowach głosowych.

Minimalne wymagania łączeniowe:

1. **Szybkość łącza internetowego:** Stabilne połączenie internetowe z przepustowością wystarczającą do transmisji wideo i dźwięku. Zalecana prędkość to co najmniej 1 Mbps dla sesji wideo w jakości standardowej i 2 Mbps dla sesji wideo w jakości HD.
2. **Ping:** Niski czas odpowiedzi (ping), aby uniknąć opóźnień w transmisji dźwięku i obrazu.
3. **Technologia:** Preferowane jest połączenie kablowe (Ethernet) zamiast połączenia Wi-Fi dla większej stabilności.

# Kontakt



**Paulina Gębura**

**E-mail** [factory.szkolonia@gmail.com](mailto:factory.szkolonia@gmail.com)

**Telefon** (+48) 735 040 262