



OŚRODEK
SZKOLENIA
DOKSZTAŁCANIA I
DOSKONALENIA
KADR KURSOR
SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

★★★★★ 4,6 / 5

342 oceny

"Pierwsza pomoc przedmedyczna"

Numer usługi 2025/07/03/30963/2856383

300,00 PLN brutto

300,00 PLN netto

50,00 PLN brutto/h

50,00 PLN netto/h

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 6 h

📅 21.08.2025 do 21.08.2025

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne

Grupa docelowa usługi

Kurs adresowany jest w szczególności do:

- pracowników firm i instytucji publicznych (w tym administracji, biur, zakładów przemysłowych),
- nauczycieli, pedagogów, wychowawców i pracowników oświaty,
- rodziców, opiekunów dzieci oraz osób pracujących z dziećmi i młodzieżą,
- studentów, uczniów i osób przygotowujących się do pracy zawodowej,
- właścicieli i pracowników punktów usługowych, gastronomicznych oraz handlowych,
- członków organizacji społecznych, wolontariuszy, harcerzy, trenerów i instruktorów sportowych,
- wszystkich osób prywatnych zainteresowanych zdobyciem praktycznych umiejętności z zakresu ratownictwa przedmedycznego.

Udział w szkoleniu nie wymaga wcześniejszego przygotowania ani doświadczenia – program został opracowany tak, aby był zrozumiały i użyteczny dla każdego uczestnika.

Oferta dostępna również dla uczestników projektów:

- Kierunek – Rozwój WUP Toruń
- Usługi rozwojowe województwa śląskiego
- Małopolski pociąg do kariery – sezon 1
- Nowy start w Małopolsce z EURESem1

Minimalna liczba uczestników

8

Maksymalna liczba uczestników	20
Data zakończenia rekrutacji	14-08-2025
Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
Liczba godzin usługi	6
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest zdobycie lub odświeżenie praktycznej wiedzy i umiejętności niezbędnych do udzielania skutecznej pierwszej pomocy w nagłych przypadkach zagrożenia życia i zdrowia. Szkolenie rozwija także poczucie odpowiedzialności, odporność na stres oraz świadomość etyczną ratownika.

Uczestnicy dowiedzą się m.in.:

- jak bezpiecznie i skutecznie działać w sytuacji nagłego zagrożenia,
- jak ocenić stan poszkodowanego i wezwać pomoc,
- jak przeprowadzić RKO (resuscytację krążeniowo-oddechową)

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Zna podstawowe zasady udzielania pierwszej pomocy w sytuacjach zagrożenia życia i zdrowia.	Potrafi prawidłowo ocenić stan poszkodowanego i podjąć decyzję o konieczności wezwania służb ratunkowych.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Rozróżnia typowe stany nagłego zagrożenia zdrowia i zna zasady postępowania w ich przypadku.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Potrafi wskazać elementy łańcucha przeżycia i procedury wzywania pomocy.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Zna procedurę przeprowadzania RKO u dorosłych, dzieci i niemowląt oraz potrafi wskazać zastosowanie AED.	Uczestnik potrafi wymienić kolejne etapy RKO u dorosłego, dziecka i niemowlęcia (np. sprawdzenie przytomności, oddechu, liczba uciśnień i oddechów).	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik prawidłowo rozróżnia techniki RKO w zależności od wieku poszkodowanego (np. siła ucisku, sposób wykonywania wdechów ratowniczych).	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik potrafi wskazać sytuację, w której należy użyć AED i zna zasady jego bezpiecznego zastosowania.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik zna procedurę postępowania z AED – potrafi opisać lub wyjaśnić, jak uruchomić urządzenie i postępować zgodnie z poleceniami głosowymi.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Stosuje odpowiednie techniki postępowania w sytuacjach takich jak zadławienie, krwotok, złamanie, zawał, udar, czy zatrucie.	Identyfikuje stan zagrożenia życia lub zdrowia na podstawie objawów przedstawionych w scenariuszu.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Dobiera właściwe działania ratunkowe odpowiednie do konkretnej sytuacji (np. manewr Heimlicha przy zadławieniu, opatrunek uciskowy przy krwotoku).	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Korzyści z uczestnictwa w szkoleniu:

Uczestnicy szkolenia nabędą praktyczne umiejętności udzielania pierwszej pomocy w sytuacjach zagrożenia życia i zdrowia. Nauczą się, jak prawidłowo ocenić stan poszkodowanego, reagować na utratę przytomności i skutecznie wezwać pomoc. Zdobędą wiedzę na temat prowadzenia resuscytacji krążeniowo-oddechowej u dorosłych, dzieci i niemowląt oraz korzystania z defibrylatora AED.

Szkolenie pozwoli również poznać zasady postępowania w typowych nagłych przypadkach, takich jak zadławienia, krwotoki, złamania, oparzenia, zawał serca, udar mózgu, padaczka, cukrzyca czy zatrucia. Uczestnicy wezmą udział w warsztatach opartych na realistycznych scenariuszach oraz sprawdzą swoją wiedzę w quizie podsumowującym. Szkolenie zapewnia także możliwość zadawania pytań i bezpośredniego kontaktu z doświadczonym ratownikiem medycznym.

Aktywna nauka w formule online:

Szkolenie realizowane jest zdalnie w czasie rzeczywistym, na platformie Zoom. Interaktywna sesja z prowadzącym, możliwość współdzielenia ekranu oraz ćwiczenia grupowe i indywidualne zapewniają wysoki poziom zaangażowania i komfort nauki z dowolnego miejsca.

Godziny realizacji szkolenia:

- Szkolenie obejmuje 6 godzin edukacyjnych tj. 4,5 godziny zegarowe
- Każda godzina szkolenia obejmuje 45 minut.
- Przerwy nie są wliczone w czas trwania usługi.

Metody pracy

Zajęcia w ramach kursu realizowane są w formie interaktywnych wykładów z elementami prezentacji na żywo oraz współdzielenia ekranu. Uczestnicy biorą aktywny udział zarówno w pracy indywidualnej, jak i zespołowej, wykonując ćwiczenia praktyczne oparte na rzeczywistych przypadkach projektowych. Istotnym elementem procesu dydaktycznego jest uczestnictwo w dyskusjach oraz samodzielna analiza materiałów, co umożliwia skuteczne przyswojenie wiedzy i rozwój praktycznych umiejętności.

Dostosowanie kursu do potrzeb osób ze szczególnymi wymaganiami

- **Pomoc techniczna:** Uczestnicy, którzy napotykają trudności z korzystaniem z platformy szkoleniowej lub dostępem do materiałów, mogą liczyć na wsparcie techniczne.
- **Interaktywne sesje pytań i odpowiedzi:** Organizujemy spotkania Q&A, w trakcie których uczestnicy mogą zadawać pytania na żywo – również za pośrednictwem czatu tekstowego, co jest szczególnie przydatne dla osób mających trudności z komunikacją werbalną.
- **Szkolenie na platformie ZOOM:** Szkolenie odbywa się na platformie ZOOM, która spełnia międzynarodowe standardy dostępności, w tym wytyczne WCAG 2.1.
- **Indywidualne tempo nauki:** Program szkolenia uwzględni elastyczny harmonogram, co pozwala dostosować tempo pracy do indywidualnych potrzeb uczestników.

Certyfikat ukończenia:

Certyfikat ukończenia kursu - Zaświadczenie wydane na podstawie § 23 ust. 4 rozporządzenia Ministra Edukacji i Nauki z dnia 6 października 2023 r. w sprawie kształcenia ustawicznego w formach pozaszkolnych (Dz. U. poz. 2175).

Weryfikacja efektów uczenia się:

Ocena efektów uczenia się odbywa się poprzez test wiedzy przeprowadzany dwukrotnie – na początku oraz na zakończenie szkolenia. Umożliwia to zmierzenie postępów uczestników oraz sprawdzenie stopnia przyswojenia wiedzy i umiejętności. Taka forma weryfikacji potwierdza gotowość do praktycznego wykorzystania zdobytych kompetencji.

Program szkolenia:

Moduł 1: Wprowadzenie do pierwszej pomocy

- Rola i obowiązki świadka zdarzenia
- Zasady bezpieczeństwa – własnego i poszkodowanego
- Łańcuch przeżycia i wezwanie pomocy

Moduł 2: Ocena stanu poszkodowanego i reakcja na utratę przytomności

- Sprawdzanie przytomności i oddechu
- Pozycja boczna bezpieczna

- Wezwanie Zespołu Ratownictwa Medycznego

Moduł 3: Resuscytacja krążeniowo-oddechowa i AED

- RKO dorosłego, dziecka i niemowlęcia
- Użycie automatycznego defibrylatora AED
- Analiza najczęstszych błędów

Moduł 4: Typowe stany nagłego zagrożenia zdrowia

- Zadławienia (dorosły, dziecko)
- Urazy (krwotoki, złamania, oparzenia)
- Nagłe stany chorobowe (padaczka, zawał, udar, cukrzyca)
- Zatrucia, użądlenia, podtopienia

Moduł 5: Warsztaty interaktywne i test podsumowujący

- Scenariusze sytuacyjne – analiza i decyzje
- Quiz/test wiedzy z omówieniem
- Sesja pytań i odpowiedzi z ratownikiem medycznym

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 0

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
Brak wyników.					

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	300,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	300,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	50,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	50,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



Aleksandra Żarnowiecka

Trenerka mentalna, trenerka TUS i animatorka czasu wolnego. Z wykształcenia bibliotekoznawczyni z przygotowaniem pedagogicznym, posiada także doświadczenie jako ratownik, szkoleniowiec i specjalistka ds. zarządzania zasobami ludzkimi.

Prowadzi firmę MentalneMoce, oferując treningi mentalne oraz szkolenia z umiejętności społecznych i kompetencji miękkich. Wspiera rozwój dzieci, młodzieży, rodziców i nauczycieli. Od kilku lat zajmuje się również tematyką pierwszej pomocy przedmedycznej. Współpracuje z wieloma instytucjami i placówkami edukacyjnymi w całej Polsce.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

W ramach przygotowania do szkolenia uczestnicy otrzymają materiały dydaktyczne w formie elektronicznej. Zostaną one przesłane w postaci plików i dokumentów (np. PDF, prezentacje, arkusze informacyjne) przed rozpoczęciem szkolenia, aby umożliwić wcześniejsze zapoznanie się z treściami.

Celem udostępnienia materiałów przed szkoleniem jest:

- ułatwienie wstępnego zrozumienia omawianych zagadnień,
- zwiększenie efektywności udziału w szkoleniu,
- umożliwienie uczestnikom przygotowania ewentualnych pytań lub refleksji,
- zapewnienie dostępu do niezbędnych materiałów również po zakończeniu spotkania.

Materiały będą wysyłane na podane wcześniej adresy e-mail uczestników. Prosimy o upewnienie się, że wiadomości nie trafiają do folderu SPAM oraz o zapisanie plików na własnych urządzeniach przed szkoleniem.

Informacje dodatkowe

Kluczowe elementy organizacyjne oraz etapy uczestnictwa w kursie:

- **Dostęp do platformy e-learningowej** – każdy uczestnik otrzyma indywidualny dostęp do zasobów szkoleniowych dostępnych online.
- **Test wstępny** – szkolenie rozpocznie się od krótkiego testu diagnozującego poziom wiedzy uczestników, co umożliwi lepsze dostosowanie treści i tempa nauki.
- **Prezentacje na żywo** – trener prowadzi interaktywne sesje online, w trakcie których omawia kluczowe zagadnienia i odpowiada na pytania uczestników.
- **Zadania praktyczne** – uczestnicy realizują ćwiczenia związane z tematyką szkolenia; każde zadanie jest oceniane przez prowadzącego.
- **Egzamin końcowy** – po zakończeniu wszystkich modułów uczestnicy przystępują do testu końcowego weryfikującego poziom opanowania materiału.

Oferta dostępna również dla uczestników projektów:

- Kierunek – Rozwój WUP Toruń
- Usługi rozwojowe województwa śląskiego
- Małopolski pociąg do kariery – sezon 1
- Nowy start w Małopolsce z EURESem1

Warunki techniczne

Szkolenie odbędzie się na platforma zoom.

Warunki techniczne szkolenia na platformie Zoom:

1. Sprzęt komputerowy:
 - Wymagany komputer z dostępem do internetu wraz z kamerą oraz kamerą.

2. Przeglądarka internetowa

- Zalecane przeglądarki: Google Chrome, Mozilla Firefox, Safari.

3. Stabilne połączenie internetowe:

4. Platforma Zoom:

- Konieczne pobranie i zainstalowanie najnowszej wersji aplikacji Zoom przed szkoleniem.
- Aktywne konto Zoom (możliwość utworzenia bezpłatnego konta).

5. Dźwięk i słuchawki:

- Zalecane użycie słuchawek z mikrofonem dla lepszej jakości dźwięku.
- Sprawdzenie działania dźwięku przed rozpoczęciem szkolenia.

6. Przygotowanie przed sesją:

- Testowanie sprzętu i połączenia przed planowanym szkoleniem.
- Zapewnienie cichego miejsca pracy dla minimalizacji zakłóceń.

Zapewnienie powyższych warunków technicznych umożliwi płynny przebieg szkolenia na platformie Zoom, zminimalizuje zakłócenia i zagwarantuje efektywną interakcję między prowadzącym a uczestnikiem.

Kontakt



Anna Mirośław

E-mail szkolenia.lublin@kursor.edu.pl

Telefon (+48) 531 191 181