



Centrum
Edukacyjno
Consultingowe
CONCRET Anna
Urbańska

★★★★★ 4,6 / 5
1 466 ocen

Pierwsza Pomoc Przedmedyczna

Numer usługi 2025/11/26/14574/3173151

📍 Grudziądz / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 7 h

📅 22.09.2026 do 22.09.2026

233,00 PLN brutto

233,00 PLN netto

33,29 PLN brutto/h

33,29 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne

Grupa docelowa usługi

Osoby indywidualne

Osoby prowadzącę działalność gospodarczą

Przedsiębiorcy

Menadżerowie

Handlowcy

Pracownicy działu sprzedaży

Pracownicy biurowi

Dział HR

Inne

Minimalna liczba uczestników

25

Maksymalna liczba uczestników

40

Data zakończenia rekrutacji

21-09-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

7

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie obejmuje wiedzę i umiejętności z zakresu udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej w nagłych sytuacjach, które mogą wystąpić w przestrzeni publicznej, urzędzie lub podczas obsługi interesantów. Celem szkolenia jest zwiększenie bezpieczeństwa w miejscu pracy, skrócenie czasu reakcji i podniesienie kompetencji pracowników urzędu w sytuacjach zagrożenia zdrowia lub życia.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik opanował podstawowe zasady udzielania pierwszej pomocy, w tym ocenę bezpieczeństwa, ocenę stanu poszkodowanego oraz kolejność działań ratowniczych.	Uczestnik poprawnie wskazuje kolejność czynności w schemacie pierwszej pomocy (sprawdzenie bezpieczeństwa, ocena przytomności, ocena oddechu, wezwanie pomocy).	Test teoretyczny
Uczestnik rozumie zasady resuscytacji krążeniowo-oddechowej oraz użycia AED u osoby dorosłej.	Uczestnik wskazuje prawidłowe miejsca przyklejenia elektrod AED.	Test teoretyczny
Uczestnik rozpoznaje najczęstsze stany zagrożenia życia oraz zna zasady postępowania w przypadku urazów i nagłych objawów chorobowych.	Uczestnik wybiera właściwe działania w opisanych sytuacjach (np. krwotok, oparzenie, złamanie, atak alergiczny)	Test teoretyczny

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?

Program

Moduł 1 – Podstawy prawne i bezpieczeństwo

- Obowiązek udzielenia pierwszej pomocy
- Zasady bezpieczeństwa ratownika i poszkodowanego
- Procedura „3Z” – zabezpiecz, zadzwoń, zadziałaj
- Ocena sytuacji i stanu poszkodowanego

Moduł 2 – Resuscytacja krążeniowo-oddechowa

- RKO osoby dorosłej
- RKO dziecka i niemowlęcia
- Łańcuch przeżycia
- Pozycja bezpieczna
- Ćwiczenia praktyczne na fantomach

Moduł 3 – AED – automatyczny defibrylator zewnętrzny

- Jak działa AED
- Bezpieczeństwo użycia
- Zastosowanie w przestrzeni publicznej
- Praktyczne użycie na тренаżerze

Moduł 4 – Stany nagłe

- Zawał
- Udar
- Omdlenie
- Atak epilepsji
- Hipoglikemia / hiperglikemia
- Astma
- Poważne reakcje alergiczne

Ćwiczenia:

- scenki sytuacyjne z udziałem grupy
- szybka diagnoza stanu nagłego

Moduł 5 – Urazy i obrażenia

- Krwotoki i tamowanie krwi
- Skaleczenia i rany
- Oparzenia
- Urazy kości i stawów (złamania, skręcenia)
- Zabezpieczanie poszkodowanego do przyjazdu służb

Ćwiczenia:

- zakładanie opatrunków
- tamowanie krwotoków
- stabilizacja urazu

Moduł 6 – Zadławienia

- Zadławienia u dorosłych i dzieci
- Manewr Heimlicha – zasady bezpieczeństwa
- Zadławienie u niemowlęcia
- Ćwiczenia praktyczne

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 9

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 9 Wprowadzenie do szkolenia	Anna Urbańska	22-09-2026	09:00	09:15	00:15
2 z 9 Podstawy prawne i bezpieczeństwo	Anna Urbańska	22-09-2026	09:15	10:00	00:45
3 z 9 Resuscytacja krążeniowo-oddechowa	Anna Urbańska	22-09-2026	10:00	11:15	01:15
4 z 9 AED – automatyczny defibrylator zewnętrzny	Anna Urbańska	22-09-2026	11:15	12:00	00:45
5 z 9 Przerwa	Anna Urbańska	22-09-2026	12:00	13:00	01:00
6 z 9 Stany nagłe	Anna Urbańska	22-09-2026	13:00	14:00	01:00
7 z 9 Urazy i obrażenia	Anna Urbańska	22-09-2026	14:00	14:45	00:45
8 z 9 Zadaławienia	Anna Urbańska	22-09-2026	14:45	15:30	00:45
9 z 9 Walidacja - test teoretyczny	Anna Urbańska	22-09-2026	15:30	16:00	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	233,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	233,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	33,29 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Anna Urbańska

trening Structogram, coaching, szkolenia z kompetencji miękkich

Od 1998 roku właściciel firmy edukacyjno-consulingowej - trener, szkoleniowiec, coach, doradca, terapeuta. Od 2001 roku wykładowca- prowadzenie zajęć na studiach wyższych podyplomowych.

Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy-Podyplomowe studia na kierunku: Coaching, Wyższa

Szkoła Bankowa w Toruniu- Podyplomowe studia na kierunku: Zarządzanie Zasobami Ludzkimi,

Krakowskie Centrum Psychodynamiczne w Krakowie- Socjoterapeuta i specjalista treningu

interpersonalnego, Podstawy psychoterapii psychodynamicznej, Ośrodek Psychoterapii

Psychodynamicznej w Bydgoszczy - Socjoterapeuta i specjalista psychoprofilaktyki, Uniwersytet

Adama Mickiewicza w Poznaniu - Psycholog z zakresu marketingu i zarządzania, Uniwersytet

Mikołaja Kopernika w Toruniu- Mgr Historii

Od 2011 roku Structogram Master Trainer Certificate, przeprowadzenie certyfikacji dla 30 trenerów metody treningowej Structogram w Polsce.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Ćwiczenia, case study.

Adres

Grudziądz

Grudziądz

woj. kujawsko-pomorskie

Kontakt



Kinga Zasadowska

E-mail kinga@dnawbiznesie.pl

Telefon (+48) 664 338 070