



## Opiekun osób starszych i niepełnosprawnych / 80 godzin (40 godzin praktyk) / online w czasie rzeczywistym / szkolenie z Zaświadczeniem MEN

Numer usługi 2026/01/14/43975/3257571

3 499,00 PLN brutto  
3 499,00 PLN netto  
43,74 PLN brutto/h  
43,74 PLN netto/h

JPB Centrum

Kształcenia

Ustawicznego

Dorota Bączkowska

★★★★★ 4,8 / 5

31 ocen

📍 Warszawa

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)

🕒 80:00 h

📅 29.06.2026 do 24.07.2026

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne
<b>Identyfikatory projektów</b>	Kierunek - Rozwój, Małopolski Pociąg do kariery, Akademia HR, Nowy start w Małopolsce z EURESEM, Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe
<b>Grupa docelowa usługi</b>	<p>Szkolenie przygotowuje do podjęcia pracy w charakterze <b>opiekuna osoby starszej, przewlekle chorej i niepełnosprawnej</b> (w domach opieki, hospicjach oraz w środowisku domowym podopiecznego).</p> <p><b>Szczególnie zapraszamy osoby powyżej 50. roku życia.</b> Państwa bagaż doświadczeń, empatia, cierpliwość oraz zrozumienie potrzeb drugiego człowieka to atuty niezwykle cenione w pracy opiekuńczej. Kurs stwarza szansę na stabilne zatrudnienie i wykorzystanie tych predyspozycji w nowym zawodzie.</p> <p>Oferta skierowana jest również do osób bezrobotnych, chcących się przekwalifikować oraz rodzin opiekujących się seniorami, które chcą zdobyć fachową wiedzę pielęgnacyjną. Wymagany jest dobry stan zdrowia fizycznego i psychicznego oraz brak karalności.</p> <p>Usługa adresowana jest do uczestników wszystkich projektów, również <b>"Kierunek - Rozwój"</b> oraz <b>"Małopolski Pociąg do kariery"</b>.</p>
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	3
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	15
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	26-06-2026
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)

# Cel

## Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest przygotowanie uczestnika do pracy jako opiekun osoby starszej i niepełnosprawnej. Uczestnik zdobędzie wiedzę o chorobach wieku podeszłego (np. demencja) i psychologii starości. Nauczy się wykonywać czynności higieniczno-pielęgnacyjne (toaleta, profilaktyka przeciwoleżynowa), karmić podopiecznego oraz udzielać pierwszej pomocy. Kurs nadaje kompetencje do sprawowania bezpiecznej i empatycznej opieki w warunkach domowych oraz placówkach opiekuńczych.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik poprawnie charakteryzuje proces starzenia i choroby wieku podeszłego.	Uczestnik poprawnie identyfikuje fizjologiczne i psychiczne zmiany zachodzące w starości oraz rozpoznaje objawy typowych schorzeń geriatrycznych (demencja, Alzheimer, Parkinson, cukrzyca).	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik zna zasady higieny i pielęgnacji osoby leżącej.	Uczestnik wskazuje prawidłową kolejność czynności podczas toalety całego ciała w łóżku, zmiany pieluchomajtek oraz zna zasady profilaktyki przeciwoleżynowej (zmiana pozycji, pielęgnacja skóry).	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik potrafi dobrać dietę i techniki karmienia do stanu zdrowia.	Uczestnik potrafi dopasować rodzaj diety do schorzenia (np. cukrzycowa, lekkostrawna) oraz zna zasady bezpiecznego karmienia osoby z problemami w połykaniu (dysfagia).	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik zna procedury pierwszej pomocy w nagłych wypadkach.	Uczestnik zna algorytmy postępowania ratowniczego (RKO) oraz zasady reagowania w specyficznych sytuacjach: zachłyśnięcie, upadek, podejrzenie udaru mózgu lub zawału u seniora.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik stosuje zasady etyki i komunikacji z podopiecznym.	Uczestnik rozróżnia zachowania etyczne od nieetycznych, zna zasady ochrony godności osobistej podopiecznego oraz metody komunikacji z osobą niedosłyszącą lub z zaburzeniami poznawczymi.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik organizuje bezpieczne otoczenie osoby niepełnosprawnej.	Uczestnik potrafi wskazać zagrożenia w mieszkaniu podopiecznego (np. dywaniki, progi) oraz zna zasady ergonomii pracy opiekuna (bezpieczne dźwiganie i transfer chorego).	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
		Obserwacja w warunkach rzeczywistych

## Kwalifikacje

### Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

#### Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

## Program

Program szkolenia obejmuje łącznie **80 godzin dydaktycznych**, w tym: **39 godzin zajęć teoretycznych**, **2 godziny przeznaczone na walidację efektów kształcenia oraz 40 godzin praktyk zawodowych**. Usługa realizowana jest w **godzinach dydaktycznych** (odpowiednio: 60 godzin zegarowych). Przerwy w usłudze nie są wliczone w czas usługi rozwojowej.

### Gerontologia i medycyna wieku podeszłego (6 godzin)

#### Procesy związane ze starzeniem się organizmu:

- • • Zmiany biologiczne, fizjologiczne i psychiczne zachodzące w starości.
- Starzenie się poszczególnych układów (ruchu, krążenia, nerwowego).

#### Choroby wieku podeszłego (geriatria):

- Specyfika chorób przewlekłych u seniorów: cukrzyca, nadciśnienie, osteoporoza.
- Choroby otępienne: choroba Alzheimera, Parkinsona, demencja starcza – objawy i stadia.
- Problemy z nietrzymaniem moczu i kału (inkontynencja).

### Pielęgnacja i higiena osoby starszej i niesamodzielnej (14 godzin)

#### Pielęgnacja i obserwacja:

- Rola opiekuna w monitorowaniu stanu zdrowia (pomiar ciśnienia, tętna, temperatury, poziomu cukru).
- Zasady prowadzenia dziennika opieki.

#### **Obsługa higieniczna – warsztat praktyczny:**

- Toaleta całego ciała chorego w łóżku (mycie, higiena intymna).
- Specyfika pielęgnacji osoby otyłej (techniki bezpiecznego mycia i osuszania skóry).
- Wymiana bielizny pościelowej i osobistej osobie leżącej.
- Dobór i wymiana środków chłonnych (pieluchomajtki, wkładki anatomiczne).

#### **Profilaktyka przeciwoleżynowa:**

- Mechanizm powstawania odleżyn i miejsca zagrożone.
- Pozycje ułożeniowe i techniki zmiany pozycji chorego w łóżku (udogodnienia).
- Pielęgnacja skóry narażonej na odleżyny i odparzenia.

### **Psychologia, aktywizacja i rehabilitacja (8 godzin)**

#### **Psychologiczne aspekty pracy z podopiecznym:**

- Komunikacja z osobą starszą, niedosłyszącą i z zaburzeniami mowy (afazja).
- Postępowanie z podopiecznym agresywnym lub depresyjnym.
- Radzenie sobie ze śmiercią podopiecznego i wypaleniem zawodowym opiekuna.

#### **Terapia zajęciowa i rehabilitacja:**

- Podstawy rehabilitacji przyłóżkowej (ćwiczenia bierne i czynne zapobiegające przykurczom).
- Aktywizacja seniora: gry pamięciowe, ćwiczenia manualne, organizacja czasu wolnego.
- Transfer chorego (przesadzanie z łóżka na wózek) – zasady ergonomii i bezpieczeństwa kręgosłupa opiekuna.

### **Bezpieczeństwo i pierwsza pomoc (6 godzin)**

#### **Podstawowe procedury bezpieczeństwa zdrowotnego:**

- Zasady właściwego reagowania i zabezpieczenia podopiecznych (seniorów i osób z niepełnosprawnościami) w nagłych zdarzeniach losowych.
- Podstawowe wytyczne dotyczące wsparcia i zachowania procedur bezpieczeństwa wobec podopiecznych funkcjonujących ze schorzeniami przewlekłymi.

### **Organizacja pracy opiekuna (4 godziny)**

#### **Rynek pracy usług opiekuńczych:**

- Specyfika pracy w Polsce (domy pomocy społecznej, opieka środowiskowa) a praca za granicą (np. Niemcy) – różnice w obowiązkach.
- Formy zatrudnienia i aspekty prawne pracy opiekuna.

#### **Etyka zawodowa:**

- Prawa pacjenta i godność osoby starszej.
- Odpowiedzialność cywilna i karna opiekuna.

### **Walidacja (2 godziny)**

### **Praktyki zawodowe (40 godzin)**

# Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 40

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
1 z 40 Gerontologia i medycyna wieku podeszłego.	DOROTA BĄCZKOWSKA	29-06-2026	14:00	15:30	01:30	Nie
2 z 40 Gerontologia i medycyna wieku podeszłego.	DOROTA BĄCZKOWSKA	29-06-2026	15:45	17:15	01:30	Nie
3 z 40 Gerontologia i medycyna wieku podeszłego.	DOROTA BĄCZKOWSKA	30-06-2026	14:00	15:30	01:30	Nie
4 z 40 Pielęgnacja i higiena osoby starszej i niesamodzielnej.	DOROTA BĄCZKOWSKA	01-07-2026	14:00	15:30	01:30	Nie
5 z 40 Pielęgnacja i higiena osoby starszej i niesamodzielnej.	DOROTA BĄCZKOWSKA	01-07-2026	15:45	17:15	01:30	Nie
6 z 40 Pielęgnacja i higiena osoby starszej i niesamodzielnej.	DOROTA BĄCZKOWSKA	02-07-2026	14:00	15:30	01:30	Nie
7 z 40 Pielęgnacja i higiena osoby starszej i niesamodzielnej.	DOROTA BĄCZKOWSKA	02-07-2026	15:45	17:15	01:30	Nie
8 z 40 Pielęgnacja i higiena osoby starszej i niesamodzielnej.	DOROTA BĄCZKOWSKA	03-07-2026	14:00	15:30	01:30	Nie

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
9 z 40 Pielęgnacja i higiena osoby starszej i niesamodzielnej.	DOROTA BĄCZKOWSKA	03-07-2026	15:45	17:15	01:30	Nie
10 z 40 Pielęgnacja i higiena osoby starszej i niesamodzielnej.	DOROTA BĄCZKOWSKA	06-07-2026	14:00	15:30	01:30	Nie
11 z 40 Bezpieczeństwo i pierwsza pomoc.	DOROTA BĄCZKOWSKA	07-07-2026	14:00	15:30	01:30	Nie
12 z 40 Bezpieczeństwo i pierwsza pomoc.	DOROTA BĄCZKOWSKA	08-07-2026	14:00	15:30	01:30	Nie
13 z 40 Bezpieczeństwo i pierwsza pomoc.	DOROTA BĄCZKOWSKA	09-07-2026	14:00	15:30	01:30	Nie
14 z 40 Organizacja pracy opiekuna.	DOROTA BĄCZKOWSKA	10-07-2026	14:00	15:30	01:30	Nie
15 z 40 Organizacja pracy opiekuna.	DOROTA BĄCZKOWSKA	13-07-2026	15:45	17:15	01:30	Nie
16 z 40 Psychologia, aktywizacja i rehabilitacja.	Anna Sekuła	14-07-2026	14:00	15:30	01:30	Nie
17 z 40 Psychologia, aktywizacja i rehabilitacja,	Anna Sekuła	14-07-2026	15:45	17:15	01:30	Nie
18 z 40 Psychologia, aktywizacja i rehabilitacja.	Anna Sekuła	15-07-2026	14:00	15:30	01:30	Nie

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
<b>19 z 40</b> Psychologia, aktywizacja i rehabilitacja.	Anna Sekuła	15-07-2026	15:45	17:15	01:30	Nie
<b>20 z 40</b> Walidacja.	-	17-07-2026	14:00	15:30	01:30	Nie
<b>21 z 40</b> Praktyki zawodowe.	-	20-07-2026	08:00	09:30	01:30	Tak
<b>22 z 40</b> Praktyki zawodowe.	-	20-07-2026	09:45	11:15	01:30	Tak
<b>23 z 40</b> Praktyki zawodowe.	-	20-07-2026	11:30	13:00	01:30	Tak
<b>24 z 40</b> Praktyki zawodowe.	-	20-07-2026	13:15	14:45	01:30	Tak
<b>25 z 40</b> Praktyki zawodowe.	-	21-07-2026	08:00	09:30	01:30	Tak
<b>26 z 40</b> Praktyki zawodowe.	-	21-07-2026	09:45	11:15	01:30	Tak
<b>27 z 40</b> Praktyki zawodowe.	-	21-07-2026	11:30	13:00	01:30	Tak
<b>28 z 40</b> Praktyki zawodowe.	-	21-07-2026	13:15	14:45	01:30	Tak
<b>29 z 40</b> Praktyki zawodowe.	-	22-07-2026	08:00	09:30	01:30	Tak
<b>30 z 40</b> Praktyki zawodowe.	-	22-07-2026	09:45	11:15	01:30	Tak
<b>31 z 40</b> Praktyki zawodowe.	-	22-07-2026	11:30	13:00	01:30	Tak

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
<b>32 z 40</b> Praktyki zawodowe.	-	22-07-2026	13:15	14:45	01:30	Tak
<b>33 z 40</b> Praktyki zawodowe.	-	23-07-2026	08:00	09:30	01:30	Tak
<b>34 z 40</b> Praktyki zawodowe.	-	23-07-2026	09:45	11:15	01:30	Tak
<b>35 z 40</b> Praktyki zawodowe.	-	23-07-2026	11:30	13:00	01:30	Tak
<b>36 z 40</b> Praktyki zawodowe.	-	23-07-2026	13:15	14:45	01:30	Tak
<b>37 z 40</b> Praktyki zawodowe.	-	24-07-2026	08:00	09:30	01:30	Tak
<b>38 z 40</b> Praktyki zawodowe.	-	24-07-2026	09:45	11:15	01:30	Tak
<b>39 z 40</b> Praktyki zawodowe.	-	24-07-2026	11:30	13:00	01:30	Tak
<b>40 z 40</b> Praktyki zawodowe.	-	24-07-2026	13:15	14:45	01:30	Tak

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 499,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 499,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	43,74 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

### DOROTA BĄCZKOWSKA

Wykształcenie:

- 1988-1993 Uniwersytet Warszawski, kierunek Politologia i Nauki Społeczne (magister)
- 2009 kurs Trening dla Trenerów
- 2009 kwalifikacje zawodowe w obrębie zawodu Wykładowca na kursach (edukator, trener)

Doświadczenie zawodowe:

- 2000- obecnie właściciel i dyrektor firmy JPB Centrum Kształcenia Ustawicznego: realizacja projektów unijnych, trener-wykładowca, współtworzenie szkoleń



2 z 2

### Anna Sekuła

Wykształcenie:

- 1998-2003 Politechnika Radomska im. Kazimierza Pułaskiego, kierunek Technologia chemiczna (magister inżynier)
- 2001-2003 Politechnika Radomska im. Kazimierza Pułaskiego, Uprawnienia pedagogiczne (fakultatywne studium pedagogiczne)
- 2005-2007 Szkoła Główna Handlowa w Warszawie, Uprawnienia doradcy zawodowego (studia podyplomowe)
- 2021 Wyższa Szkoła Biznesu NLU w Nowym Sączu, kierunek Psychologia, specjalność Psychologia Kliniczna i Osobowości (magister)

Doświadczenie zawodowe:

- 2006-2021 praca na stanowiskach Doradca zawodowy, pośrednik pracy, trener, tutor, trener ekonomii społecznej, szkoleniowiec
- 2021- obecnie Nauczyciel psycholog

Szkolenia i kursy:

- Kwalifikacje w obrębie zawodu Wykładowca na kursach (edukator, trener)
- Szkolenia dla psychologów szkolnych

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały szkoleniowe dostępne będą do pobrania z dysku (link dla uczestników).

### Warunki uczestnictwa

Wymagania wstępne dla uczestników:

- Posiadanie wykształcenia minimum średniego lub zasadniczego zawodowego (matura nie jest wymagana).
- Pełnoletność.
- Brak prawomocnego wyroku za przestępstwa popełnione umyślnie (szczególnie przeciwko życiu, zdrowiu oraz wolności seksualnej).
- Brak nosicielstwa chorób zakaźnych (gotowość do przedłożenia orzeczenia lekarskiego do celów sanitarno-epidemiologicznych, jeśli będzie wymagane przez pracodawcę).
- Gotowość do pracy z osobami chorymi, cierpiącymi i niesamodzielnymi.

## Informacje dodatkowe

**Harmonogram szkolenia zostanie udostępniony kiedy liczba uczestników osiągnie 3 osoby.** Szkolenie będzie odbywać się w wybrane dni robocze w zakresie godzinowym 16:00-21:00 oraz w wybrane weekendy w zakresie godzinowym 10:00-15:00.

**Praktyki zawodowe realizowane są w indywidualnie ustalonych przez uczestników lokalizacjach.**

**Aby otrzymać certyfikat ukończenia szkolenia, uczestnik musi spełnić wymagania:**

1. Uczestnictwo w minimum 80% zajęć teoretycznych.
2. 100% obecności na praktykach.
3. Uzyskanie minimum 50% poprawnych odpowiedzi z końcowego testu wiedzy.
4. Pozytywna ocena z realizacji praktyk.

**Walidacja części teoretycznej** odbywa się w formie egzaminu online.

Frekwencja na szkoleniu będzie weryfikowana na podstawie raportu historii logowań uczestników, generowanego automatycznie przez platformę Google Meet.

**Podstawa prawna zwolnienia z podatku VAT:** art. 43 ust. 1 ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług (zwolnienie ze względu na rodzaj prowadzonej działalności).

## Warunki techniczne

Szkolenie będzie odbywać się w **formie zdalnej w czasie rzeczywistym** na platformie Google Workspace (Google Meet). Do udziału w szkoleniu nie jest wymagana instalacja dodatkowego oprogramowania.

**Wymagania sprzętowe i oprogramowanie:** Komputer (PC/Mac) lub urządzenie mobilne, aktualna wersja standardowej przeglądarki internetowej (np. Google Chrome, Mozilla Firefox, Microsoft Edge, Safari). Uczestnik musi posiadać sprawną i włączoną kamerę oraz mikrofon.

**Minimalne parametry łącza:** Stabilne połączenie internetowe o przepustowości minimum 2 Mbps (pobieranie i przesyłanie danych).

## Adres

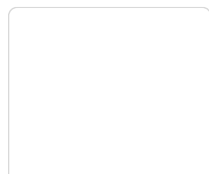
Warszawa 146/402

04-076 Warszawa

woj. mazowieckie

Uczestnik realizuje część praktyczną w wybranej przez siebie placówce w dogodnym dla niego miejscu.

## Kontakt



**Martyna Kacprzak**

**E-mail** bur@jpb.pl



**Telefon** (+48) 509 167 112