



## Kurs "Opiekun osób chorych, starszych i niepełnosprawnych"

Numer usługi 2026/03/02/50774/3373116

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

100,00 PLN brutto/h

100,00 PLN netto/h

137,50 PLN cena rynkowa ⓘ

Centrum Edukacji i

Kultury "Zenit"

Ryszard Girczyc

★★★★★ 4,7 / 5

12 ocen

📍 Włocławek / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 50 h

📅 04.05.2026 do 03.08.2026

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne
<b>Identyfikatory projektów</b>	Kierunek - Rozwój, Regionalny Fundusz Szkoleniowy II
<b>Grupa docelowa usługi</b>	osoby dorosłe chcące z własnej inicjatywy nabywać kompetencje lub kwalifikacje, które mieszkają w rozumieniu Ustawy – Kodeks cywilny lub pracują lub uczą się na obszarze województwa kujawsko-pomorskiego, w tym osoby, które pracują lub chcą podjąć pracę z zakresu opieki nad osobami wymagającymi pomocy w samodzielnej egzystencji (osobami chorymi, starszymi i niepełnosprawnymi); usługa adresowana również dla Uczestników Projektu „Kierunek – Rozwój”
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	3
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	15
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Liczba godzin usługi</b>	50
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Znak Jakości TGLS Quality Alliance

## Cel

### Cel edukacyjny

usługa szkoleniowa pn.: "Opiekun osób chorych, starszych i niepełnosprawnych" przygotowuje do podjęcia pracy z zakresu opieki nad osobami chorymi, starszymi i niepełnosprawnymi

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Posługuje się wiedzą z zakresu opieki nad osobami chorymi, starszymi i niepełnosprawnymi</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- definiuje kluczowe pojęcia i terminy związane ze świadczeniem usług medycznych</li> <li>- charakteryzuje system opieki socjalnej i społecznej oraz instytucje i grupy zawodowe świadczące opiekę medyczną, zdrowotną i socjalną w Polsce</li> <li>- omawia podstawowe choroby wieku starczego i zmiany zachodzące w różnych narządach</li> <li>- charakteryzuje zasady opieki nad osobami chorymi, starszymi i niepełnosprawnymi</li> <li>- definiuje podstawowe zasady rehabilitacji osób chorych i starszych</li> <li>- omawia zasady dokumentowania pracy opiekuna</li> </ul>	<p>Test teoretyczny</p>
<p>Wykonuje czynności związane z opieką nad osobami chorymi, starszymi i niepełnosprawnymi</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- planuje i organizuje pracę opiekuńczą</li> <li>- pielęgnuje osoby w schorzeniach wieku starczego, przewlekle chore i niepełnosprawne</li> <li>- przygotowuje i podaje posiłki podopiecznemu</li> <li>- prowadzi dokumentację związaną z opieką nad osobami chorymi, starszymi i niepełnosprawnymi</li> <li>- utrzymuje porządek w domu podopiecznego</li> <li>- wykonuje zabiegi pielęgnacyjne i higieniczne</li> <li>- wykonuje pomiary parametrów życiowych podopiecznego</li> <li>- udziela pierwszej pomocy w nagłych wypadkach i pogorszeniu stanu zdrowia</li> <li>- komunikuje się z podopiecznym i jego rodziną</li> <li>- rozpoznaje potrzeby podopiecznego w oparciu o rodzaj choroby, niepełnosprawności oraz dostosowuje pomoc do fazy choroby oraz jego środowiska domowego</li> <li>- aktywizuje podopiecznego poprzez organizowanie czasu wolnego i rozwijanie jego zainteresowań</li> </ul>	<p>Test teoretyczny</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Doskonali swoje umiejętności związane z opieką nad osobami chorymi, starszymi i niepełnosprawnymi</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- skutecznie komunikuje się z ludźmi, klarownie wyraża swoje myśli, słucha i rozumie potrzeby podopiecznego</li> <li>- wykazuje się empatią, cierpliwością i wyrozumiałością</li> <li>- rozumie zmiany fizyczne, emocjonalne i psychiczne, jakie mogą wystąpić wraz z wiekiem i chorobami oraz dostosowuje swoje podejście i opiekę do potrzeb podopiecznego</li> <li>- skutecznie zarządza czasem oraz obowiązkami opiekuńczymi</li> <li>- radzi sobie ze stresem i dba o swoje własne zdrowie psychiczne i fizyczne</li> <li>- współpracuje z zespołem, w tym z rodziną podopiecznego i innymi specjalistami, takimi jak lekarze, pielęgniarki czy terapeuci w celu zapewnienia kompleksowej opieki podopiecznemu</li> </ul>	<p>Test teoretyczny</p>

## 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

1. Podstawy prawne i etyczne, Organizacja pracy opiekuna osób chorych i starszych

- podstawowe zasady opieki nad osobami starszymi i chorymi
- cechy charakteru i umiejętności wymagane od opiekunów
- planowanie i organizowanie pracy opiekuńczej

- dokumentowanie pracy opiekuna

- etyka zawodowa i moralna jako element pracy opiekuna

2. System opieki socjalnej i społecznej oraz instytucje i grupy zawodowe świadczące opiekę medyczną, zdrowotną i socjalną w Polsce

- wprowadzenie podstawowych pojęć i terminów dotyczących świadczenia usług medycznych

- opieka społeczna wczoraj, dziś i jutro

- Karta praw pacjenta. Przepisy prawne świadczących pomoc domową w zakresie opieki

- zasoby środowiska lokalnego pomocne w opiece nad chorym i jego rehabilitacji

- lokalne instytucje społeczne i organizacje wspomagające rodziny i osoby niesamodzielne w rozwiązywaniu ich problemów życiowych

3. Podstawy geriatry i choroby wieku starczego

- podstawowe choroby wieku starczego (cukrzyca, nadciśnienie, otyłość, miażdżyca, alzheim, demencja, depresja itp.)

- zmiany zachodzące w różnych narządach (na skórze, w układzie oddechowym, w układzie trawiennym, w układzie krwionośnym, w układzie nerwowym, schorzenia zwyrodnieniowe narządu ruchu itd.)

- diagnozowanie potrzeb chorego w oparciu o rodzaj choroby, niepełnosprawności oraz dostosowywanie pomocy do fazy choroby oraz jego środowiska domowego

4. Komunikowanie się z podopiecznym i jego rodziną

- nawiązanie kontaktu z podopiecznym, zdobycie zaufania

- podstawy komunikacji interpersonalnej

- empatia

- rozwój relacji interpersonalnych

- rozpoznawanie potrzeb chorego

- aktywizacja chorego poprzez organizowanie czasu wolnego i rozwijanie jego zainteresowań

5. Obserwacja podopiecznego i dokonywanie pomiarów parametrów życiowych

- dokonywanie pomiaru podstawowych parametrów życiowych

- mierzenie temperatury ciała

- mierzenie tętna

- mierzenie oddechu

- mierzenie ciśnienia

6. Pielęgnowanie osób w schorzeniach wieku starczego, przewlekłe chorych i niepełnosprawnych - potrzeby fizjologiczne chorego i ich zaspokajanie

- oddychanie (mierzenie oddechów, ćwiczenia oddechowe, pomoc przy dusznościach, oklepywanie, układanie chorego, drenaż ułożeniowy, czyszczenie nosa, inhalacje itp.)

- wydalanie (zaparcia, biegunki, wymioty, podkładanie basenu i kaczki, lewatywa przeczyszczająca, postępowanie ze stomią – higiena, zmienianie pampersa itp.)

- odpoczynek i sen (przedmioty pomocne w zapewnieniu wygody, oparcia, poduszki, przygotowanie do snu, przyczyny bezsenności, układanie pacjenta w łóżku, pozycja siedząca, półsiedząca, pozycja na brzuchu, pomoc przy wstawaniu z fotela, sadzania na wózek, przenoszenie na łóżko, pomaganie przy chodzeniu itp.)

7. Podstawy rehabilitacji osób chorych i starszych

- wykonywanie zabiegów zleconych przez lekarza (okłady, kompresy, zmiana opatrunków, obniżanie temperatury ciała, stawianie baniek itp.)

- podawanie leków (drogą doustną, wziewną, doodbytniczą, zakraplanie oczu, uszu, nosa itp.)

#### 8. Zabiegi pielęgnacyjne i higieniczne

- pomaganie pacjentowi w utrzymywaniu czystości

- kąpiel chorego w łazience

- mycie chorego w łóżku

- ścielenie łóżka i zmiana pościeli, pomaganie pacjentowi w ubieraniu się i rozbieraniu

- profilaktyka przeciwoleżynowa (odparzenia)

#### 9. Pierwsza pomoc w nagłych wypadkach i pogorszeniu zdrowia

- ocena stanu poszkodowanego i plan postępowania w przypadku zagrożenia życia i zdrowia; badania poszczególnych części ciała; organizacja miejsca wypadku; skład i wyposażenie apteczki pierwszej pomocy w leki oraz środki opatrunkowe

- podstawy udzielania pierwszej pomocy; resuscytacja oddechowa i krążeniowo-oddechowa; wzywanie pomocy

- postępowanie w nagłych wypadkach: krwotoki, utraty przytomności, uszkodzenia miejscowe i wielonarządowe, urazy głowy, złamania w obrębie twarzy i żuchwy, uszkodzenia kręgosłupa, amputacje urazowe, zranienia ręki, uszkodzenia klatki piersiowej, urazy brzucha, złamania kości, wniknięcia ciał obcych do jam ciała, porażenia prądem, utonięcia i uduszenia, ukąszenia i użądlenia, oparzenia i odmrożenia, zatrucia itp.

- nagłe zachorowania wymagające pierwszej pomocy: omdlenie, przegrzanie, udar cieplny, padaczka, udar mózgowy, niedocukrzenie, choroba wieńcowa serca, wstrząs i ostry ból brzucha itp.

#### 10. Wprowadzenie do diety, żywienie osób w podeszłym wieku i w różnych schorzeniach

- podstawowe wskazania żywieniowe dla osób starszych i chorych (wzdęcia, zaparcia)

- podstawowe rodzaje diet w różnych schorzeniach

- estetyka przygotowywania posiłków

- karmienie chorego

#### 11. BHP w prowadzeniu gospodarstwa domowego pacjenta, prace porządkowe

- otoczenie pacjenta (wyposażenie pokoju, sprzęt rehabilitacyjny i jego zastosowanie)

- zapobieganie wypadkom w domu pacjenta; postępowanie w przypadku pożaru, porażenia prądem, zatrucia gazem i innych niebezpieczeństw

- utrzymanie porządku w domu chorego (prace porządkowe)

## 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	5 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	100,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	100,00 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 0

Brak wyników.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy szkolenia otrzymają materiały piśmiennicze (teczka, zeszyt, długopis) oraz kopie materiałów omawianych na kursie / skrypt, pliki dokumentów przygotowanych w dowolnym formacie

### Informacje dodatkowe

Zawarto umowę z WUP w Toruniu w ramach Projektu „Kierunek – Rozwój”

Aby ukończyć szkolenie wymagana jest frekwencja na poziomie co najmniej 80%.

## Adres

ul. Młynarska 1a/3  
87-800 Włocławek  
woj. kujawsko-pomorskie

Szkolenie realizowane będzie we Włocławku na osiedlu Śródmieście przy ul. Młynarskiej 1a/3 (centrum miasta, w pobliżu przystanki autobusowe). Obiekt składa się z 3 kondygnacji, w całości dostosowany jest do potrzeb osób z niepełnosprawnościami (m.in.: podjazdy, winda, toalety, system informacyjno-udźwiękający STEP HEAR dla osób niewidomych i słabowidzących). Na posesji znajduje się nieodpłatny / zamykany parking dla klientów. W skład bazy dydaktyczno – lokalowej wchodzi sale szkoleniowo – doradcze z wyposażeniem (komputery / laptopy, rzutniki multimedialne, tablice sucho-ścieralne / flip-chart / interaktywne), aula konferencyjna, recepcja, szatnia i foyer z wygodnymi kanapami, serwisem kawowym, gdzie uczestnicy szkoleń mogą odpocząć podczas przerw. W całym obiekcie jest bezprzewodowy Internet.

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi
- Laboratorium komputerowe

## Kontakt



**Katarzyna Etynkowska**

**E-mail** [cezenit@op.pl](mailto:cezenit@op.pl)

**Telefon** (+48) 544 262 666