



Praktyczne doskonalenie umiejętności udzielania pierwszej pomocy w miejscu pracy zgodnie z Wytycznymi Europejskiej Rady Resuscytacji (ERC 2025)

Numer usługi 2026/07/16/188075/3693771

1 000,00 PLN brutto
1 000,00 PLN netto
125,00 PLN brutto/h
125,00 PLN netto/h
128,21 PLN cena rynkowa ⓘ

GRUPA KOF
SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

Brak ocen dla tego dostawcy

- 📍 Zaczernie
- 🏢 Usługa szkoleniowa
- 📄 mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)
- 👥 Zajęcia grupowe
- 🕒 08:00 h
- 📅 12.10.2026 do 12.10.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Inne / Edukacja

Grupa docelowa usługi

- pracownicy wyznaczeni przez pracodawcę do udzielania pierwszej pomocy zgodnie z przepisami Kodeksu pracy
- pracownicy administracyjno-biurowi
- pracownicy produkcji, magazynów i centrów logistycznych
- pracownicy budowlani oraz osoby wykonujące prace szczególnie niebezpieczne
- pracownicy służb utrzymania ruchu, techniczni i serwisowi
- kierownicy, brygadziści i osoby nadzorujące pracowników
- pracownicy jednostek oświatowych, placówek opiekuńczych i instytucji publicznych
- pracownicy handlu, gastronomii, hoteli oraz branży usługowej
- przedsiębiorcy i właściciele firm odpowiedzialni za organizację bezpieczeństwa pracy
- wszystkie osoby, które chcą zdobyć lub uaktualnić praktyczne umiejętności udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej oraz prawidłowego postępowania w stanach nagłego zagrożenia życia i zdrowia.

Minimalna liczba uczestników

4

Maksymalna liczba uczestników

30

Data zakończenia rekrutacji

30-09-2026

Forma prowadzenia usługi

mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)

Cel

Cel edukacyjny

Usługa rozwija kompetencje uczestników w zakresie prawidłowego reagowania w sytuacjach nagłego zagrożenia życia i zdrowia zgodnie z aktualnymi Wytycznymi Europejskiej Rady Resuscytacji (ERC 2025). Uczestnicy doskonalą umiejętności rozpoznawania stanów zagrożenia, oceny bezpieczeństwa miejsca zdarzenia, prawidłowego wezwania służb ratunkowych, prowadzenia resuscytacji krążeniowo-oddechowej osób dorosłych z wykorzystaniem automatycznego defibrylatora zewnętrznego (AED) oraz udzielania pierwszej po

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje zasady udzielania pierwszej pomocy oraz obowiązki osoby udzielającej pomocy.	Omawia kolejność działań ratowniczych i wskazuje prawidłowy sposób postępowania w przedstawionym scenariuszu.	Test teoretyczny
Rozpoznaje objawy stanów nagłego zagrożenia życia i zdrowia wymagających natychmiastowej interwencji.	Identyfikuje zagrożenie na podstawie opisu lub symulacji zdarzenia i dobiera właściwy sposób postępowania.	Test teoretyczny
Wyjaśnia zasady prowadzenia resuscytacji krążeniowo-oddechowej (RKO) oraz stosowania automatycznego defibrylatora zewnętrznego (AED).	Opisuje kolejne etapy RKO i zasady użycia AED przed wykonaniem ćwiczenia praktycznego na fantomie	Obserwacja w warunkach symulowanych
Omawia zasady postępowania w najczęściej występujących urazach i nagłych zachorowaniach w miejscu pracy.	Wskazuje właściwe działania w przypadku m.in. zadławienia, krwotoku, oparzenia, złamania, porażenia prądem lub utraty przytomności oraz potwierdza je podczas ćwiczeń praktycznych.	Test teoretyczny

Cel biznesowy

Podniesienie poziomu bezpieczeństwa w organizacji poprzez rozwój kompetencji pracowników w zakresie udzielania pierwszej pomocy, ograniczenie skutków wypadków przy pracy oraz zwiększenie gotowości do właściwego reagowania w sytuacjach zagrożenia życia i zdrowia.

Effekt usługi

1. Uczestnik prawidłowo ocenia miejsce zdarzenia i rozpoznaje zagrożenia.

- poprawnie identyfikuje zagrożenia dla siebie i poszkodowanego
- zabezpiecza miejsce zdarzenia zgodnie z zasadami pierwszej pomocy

2. Uczestnik skutecznie wykonuje resuscytację krążeniowo-oddechową (RKO) z użyciem AED.

- wykonuje RKO zgodnie z aktualnymi wytycznymi ERC
- prawidłowo obsługuje automatyczny defibrylator zewnętrzny (AED)

3. Uczestnik udziela pierwszej pomocy w najczęściej występujących stanach nagłego zagrożenia życia i zdrowia.

- właściwie postępuje w przypadku utraty przytomności, zadławienia, krwotoku, oparzenia, złamania i porażenia prądem
- dobiera odpowiednie metody udzielania pierwszej pomocy do rodzaju zdarzenia

4. Uczestnik prawidłowo wzywa pomoc i współpracuje ze służbami ratunkowymi.

- przekazuje dyspozytorowi numeru alarmowego niezbędne informacje
- zachowuje właściwą kolejność działań do czasu przybycia służb ratunkowych.

Metoda potwierdzenia osiągnięcia efektu usługi

- obserwacja uczestnika podczas wykonywania ćwiczeń praktycznych
- ocena wykonania zadań praktycznych według przygotowanych scenariuszy
- demonstracja umiejętności udzielania pierwszej pomocy na fantomie i z wykorzystaniem AED
- test wiedzy obejmujący zagadnienia omawiane podczas szkolenia
- sprawdzenie poprawności wykonania procedur pierwszej pomocy przez trenera prowadzącego szkolenie

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

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

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyrażnie 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 wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

1. Podstawy udzielania pierwszej pomocy oraz bezpieczeństwo ratownika

Zajęcia teoretyczne – 30 minut

2. Ocena miejsca zdarzenia, ocena stanu poszkodowanego oraz wezwanie pomocy

Zajęcia teoretyczne – 30 minut

Zajęcia praktyczne – 30 minut

3. Resuscytacja krążeniowo-oddechowa (RKO) osób dorosłych

Zajęcia teoretyczne – 30 minut

Zajęcia praktyczne – 60 minut

4. Obsługa automatycznego defibrylatora zewnętrznego (AED)

Zajęcia teoretyczne – 15 minut

Zajęcia praktyczne – 45 minut

5. Postępowanie z osobą nieprzytomną, pozycja bezpieczna oraz zadławienia

Zajęcia teoretyczne – 15 minut

Zajęcia praktyczne – 45 minut

6. Postępowanie w przypadku krwotoków, ran, złamań, oparzeń i porażenia prądem

Zajęcia teoretyczne – 30 minut

Zajęcia praktyczne – 60 minut

7. Symulacje zdarzeń w miejscu pracy

Zajęcia praktyczne – 45 minut

8. Obserwacja w warunkach symulowanych – sprawdzenie umiejętności praktycznych

Zajęcia praktyczne – 30 minut

9. Test teoretyczny oraz omówienie wyników i podsumowanie szkolenia

Test teoretyczny – 15 minut

Podsumowanie – 15 minut

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 6

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
1 z 6 szkolenie	Zajęcia	Aneta Woś	12-10-2026	08:00	11:00	03:00	Tak
2 z 6 -	Przerwa	-	12-10-2026	11:00	11:30	00:30	Tak
3 z 6 szkolenie i ćwiczenia	Zajęcia	Aneta Woś	12-10-2026	11:30	14:00	02:30	Tak
4 z 6 -	Przerwa	-	12-10-2026	14:00	14:30	00:30	Tak
5 z 6 szkolenie	Zajęcia	Aneta Woś	12-10-2026	14:30	15:30	01:00	Tak
6 z 6 -	Walidacja	-	12-10-2026	15:30	16:00	00:30	Tak

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	08:00
w tym suma godzin zajęć	06:30
w tym suma godzin walidacji	00:30
w tym suma przerw	01:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	09:15

Cennik

Cennik

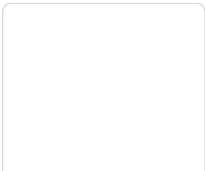
Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 000,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	125,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	125,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	08:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

RADOSŁAW KRZYSIAK



Jestem specjalistą ds. bezpieczeństwa i higieny pracy oraz ochrony przeciwpożarowej. Posiadam doświadczenie w zakresie nadzoru nad warunkami pracy, identyfikacji zagrożeń oraz oceny ryzyka zawodowego. Prowadzę szkolenia BHP i ppoż., dbając o ich rzetelność oraz praktyczne zastosowanie w codziennej pracy. W swojej działalności kładę nacisk na zgodność z obowiązującymi przepisami, a także na budowanie świadomości i kultury bezpieczeństwa w organizacji.



2 z 2

Aneta Woś

a

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały dla uczestników usługi

- skrypt szkoleniowy obejmujący zasady udzielania pierwszej pomocy zgodnie z aktualnymi wytycznymi Europejskiej Rady Resuscytacji (ERC)
- instrukcje postępowania w stanach nagłego zagrożenia życia i zdrowia (RKO, AED, zadławienie, krwotoki, urazy, oparzenia, porażenie prądem, utrata przytomności)
- karty algorytmów postępowania ratowniczego
- materiały szkoleniowe udostępnione w formie elektronicznej oraz papierowej
- notatnik i długopis do sporządzania notatek podczas szkolenia
- dostęp do sprzętu wykorzystywanego podczas ćwiczeń praktycznych, w tym fantomów do RKO, treningowego AED oraz środków opatrunkowych

Forma materiałów szkoleniowych

- materiały drukowane przekazywane uczestnikom podczas szkolenia
- materiały elektroniczne przekazane po zakończeniu szkolenia
- prezentacja multimedialna wykorzystywana podczas zajęć
- ćwiczenia praktyczne z wykorzystaniem fantomów, treningowego AED i sprzętu do pozoracji urazów

Warunki uczestnictwa

W przypadku szkoleń dofinansowanych z funduszy europejskich warunkiem uczestnictwa jest zarejestrowanie się i założenie konta w Bazie Usług Rozwojowych, zapisanie się na szkolenie za pośrednictwem Bazy oraz spełnienie wszystkich warunków określonych przez Operatora który udziela dofinansowania.

Wypełnienie formularza zgłoszeniowego zawierającego informacje dotyczące szczególnych potrzeb Uczestników szkolenia.

Informacje dodatkowe

Warunkiem otrzymania zaświadczenia o ukończeniu szkolenia jest pozytywny wynik testu końcowego oraz frekwencja minimalnym poziomie 80%.

Warunki techniczne

- sala szkoleniowa dostosowana do liczby uczestników, umożliwiająca prowadzenie zajęć teoretycznych i praktycznych
- dostęp do energii elektrycznej oraz sprzętu multimedialnego (komputer, projektor lub monitor)
- odpowiednia przestrzeń do wykonywania ćwiczeń praktycznych na podłodze
- fantomy do nauki resuscytacji krążeniowo-oddechowej osób dorosłych
- treningowy automatyczny defibrylator zewnętrzny (AED)
- środki opatrunkowe i sprzęt wykorzystywany podczas ćwiczeń z pierwszej pomocy (m.in. bandaże, opaski uciskowe, chusty trójkątne, rękawiczki jednorazowe)
- dostęp do sanitariatów oraz zaplecza socjalnego dla uczestników
- materiały szkoleniowe w formie papierowej lub elektronicznej

Adres

Zaczernie 955a

36-062 Zaczernie

woj. podkarpackie

Sala szkoleniowa klimatyzowana. W-F

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



ŁUKASZ ADAMIAK

E-mail biuro@grupakof.pl

Telefon (+48) 887 119 887