



Fundacja Forum  
Inicjatyw  
Rozwojowych

★★★★★ 4,6 / 5  
77 ocen

## Wprowadzenie do opieki długoterminowej - podstawy pracy z osobami przewlekłochorymi i niesamodzielnymi - kurs

Numer usługi 2026/08/28/161706/3773460

📍 Siedlce

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 10:00 h

📅 20.09.2026 do 21.09.2026

1 500,00 PLN brutto

1 500,00 PLN netto

150,00 PLN brutto/h

150,00 PLN netto/h

183,33 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne

### Grupa docelowa usługi

Usługa skierowana jest do osób zainteresowanych podjęciem lub rozwojem pracy w sektorze opieki i pomocy społecznej, w szczególności do:

1. Osób planujących podjęcie pracy w zawodach opiekuńczych, takich jak:

- opiekun osób starszych,
- asystent osoby z niepełnosprawnością,
- pracownik placówki opiekuńczej lub wsparcia dziennego.

1. Członków rodzin sprawujących opiekę nad bliskimi, którzy chcą podnieść swoje kompetencje opiekuńcze i lepiej wspierać osoby zależne.

2. Pracowników instytucji pomocy społecznej, domów pomocy społecznej, hospicjów oraz innych placówek świadczących usługi opiekuńcze.

3. Osób bezrobotnych lub poszukujących pracy, które chcą zdobyć nowe kwalifikacje i rozpocząć karierę w zawodach opiekuńczych.

Minimalna liczba uczestników

5

Maksymalna liczba uczestników

15

Data zakończenia rekrutacji

19-09-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

# Cel

## Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje uczestników do sprawowania profesjonalnej, kompleksowej i empatycznej opieki nad osobami starszymi, przewlekle chorymi oraz niesamodzielnymi, zarówno w środowisku domowym, jak i w placówkach opiekuńczych.

Szkolenie ma na celu wyposażenie uczestników w praktyczne umiejętności i wiedzę z zakresu opieki, pielęgnacji, komunikacji, udzielania wsparcia emocjonalnego oraz podstawowej pomocy przedmedycznej, niezbędne do efektywnego i bezpiecznego wykonywania zadań

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

| Efekty uczenia się                                                                                                                                                                                          | Kryteria weryfikacji                                                                                             | Metoda walidacji                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| Definiuje podstawowe pojęcia z zakresu opieki długoterminowej i stosuje zasady pielęgnacji osób niesamodzielnych.                                                                                           | Definiuje podstawowe zasady pielęgnacji                                                                          | Test teoretyczny                    |
|                                                                                                                                                                                                             | Definiuje pojęcia związane z opieką długoterminową.                                                              | Test teoretyczny                    |
| Wykonuje prawidłowo czynności higieniczne, pielęgnacyjne i opiekuńcze                                                                                                                                       | Stosuje prawa pacjenta i zasady etyki zawodowej.                                                                 | Test teoretyczny                    |
|                                                                                                                                                                                                             | Wykonuje czynności pielęgnacyjne zgodnie z zasadami opieki długoterminowej.                                      | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                                                                                                                                                                             | Przeprowadza toaletę chorego, zmienia pozycję pacjenta w łóżku, zapewniając mu bezpieczeństwo i komfort.         | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                                                                                                                                                                             | Stosuje skuteczne metody profilaktyki przeciwoleżynowej.                                                         | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Rozpoznaje symptomy zagrożenia zdrowia lub życia u osoby podopiecznej oraz reaguje w sposób właściwy, podejmując odpowiednie działania interwencyjne i informując odpowiednie służby lub personel medyczny. | Rozpoznaje symptomy zagrożenia zdrowia i życia u podopiecznego, reaguje w sposób szybki i adekwatny do sytuacji. | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                                                                                                                                                                             | Wykonuje podstawowe czynności pierwszej pomocy do czasu przybycia służb medycznych.                              | Obserwacja w warunkach symulowanych |

| Efekty uczenia się                                                                                                                                                      | Kryteria weryfikacji                                                                                                                 | Metoda walidacji                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| Stosuje adekwatne metody komunikacji z osobami starszymi i ich rodzinami, wykazując empatię, cierpliwość oraz umiejętność aktywnego słuchania i wsparcia emocjonalnego. | Wykazuje postawę empatyczną wobec pacjenta i jego rodziny, dostosowując działania opiekuńcze do ich indywidualnych potrzeb.          | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                                                                                                                                         | Stosuje zasady udzielania wsparcia emocjonalnego i praktycznego.                                                                     | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Wykazuje umiejętność współpracy w zespole opiekuńczym                                                                                                                   | Wykazuje umiejętność współpracy w zespole opiekuńczym, komunikowania się w sposób asertywny i empatyczny.                            | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                                                                                                                                         | Stosuje techniki radzenia sobie w sytuacjach trudnych i konfliktowych z zachowaniem szacunku wobec podopiecznych i współpracowników. | Obserwacja w warunkach symulowanych |

## 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

Usługa skierowana jest do osób zainteresowanych podjęciem lub rozwojem pracy w sektorze opieki i pomocy społecznej, w szczególności do:

1. Osób planujących podjęcie pracy w zawodach opiekuńczych, takich jak: opiekun osób starszych, asystent osoby z niepełnosprawnością, pracownik placówki opiekuńczej lub wsparcia dziennego.

2. Członków rodzin sprawujących opiekę nad bliskimi, którzy chcą podnieść swoje kompetencje opiekuńcze i lepiej wspierać osoby zależne.
3. Pracowników instytucji pomocy społecznej, domów pomocy społecznej, hospicjów oraz innych placówek świadczących usługi opiekuńcze.
4. Osób bezrobotnych lub poszukujących pracy, które chcą zdobyć nowe kwalifikacje i rozpocząć karierę w zawodach opiekuńczych.

#### **Moduł 1: Wprowadzenie do opieki długoterminowej - teoria**

Cel: Zapoznanie uczestników z podstawowymi pojęciami i systemem opieki w Polsce.

Zakres tematyczny:

Definicje opieki długoterminowej i rodzaje świadczeń

System opieki w Polsce – instytucje, poziomy opieki

Prawa pacjenta i obowiązki opiekuna

#### **Moduł 2: Podstawy anatomii i fizjologii człowieka - teoria**

Cel: Zrozumienie budowy i funkcjonowania organizmu oraz procesów starzenia się.

Zakres tematyczny:

Układy i narządy człowieka (krążenia, oddechowy, pokarmowy, nerwowy, ruchu, moczowo-płciowy)

Procesy starzenia się organizmu i ich wpływ na opiekę

#### **Moduł 3: Pielęgnacja i higiena pacjenta - teoria połączona z praktyką**

Cel: Nauka podstawowych czynności pielęgnacyjnych.

Zakres tematyczny:

Toaleta chorego (kąpiel, higiena osobista)

Zmiana pozycji pacjenta w łóżku i na wózku

Profilaktyka odleżyn

Higiena jamy ustnej, włosów i paznokci

#### **Moduł 4: Podstawy dietetyki i żywienia - teoria**

Cel: Przekazanie wiedzy o zasadach karmienia i dietach specjalistycznych.

Zakres tematyczny:

Zasady prawidłowego żywienia osób niesamodzielnych

Dieta normalna i diety specjalistyczne (np. cukrzycowa, łatwostrawna)

Karmienie osób z trudnościami w przełykaniu

#### **Moduł 5: Podstawy pierwszej pomocy i bezpieczeństwo w opiece - teoria połączona z praktyką**

Cel: Przygotowanie do reagowania w sytuacjach nagłych.

Zakres tematyczny:

Postępowanie w nagłych wypadkach (zadławienie, omdlenia, urazy)

Zasady bezpieczeństwa przy pacjencie niesamodzielnym

Profilaktyka wypadków w domu i w placówce

#### **Moduł 6: Wsparcie psychologiczne i komunikacja - teoria**

Cel: Rozwijanie umiejętności pracy z pacjentem i jego rodziną.

Zakres tematyczny:

Komunikacja z osobą niesamodzielną

Radzenie sobie z trudnymi emocjami pacjenta

Wsparcie psychiczne i emocjonalne rodzin

### **Moduł 7: Aspekty prawne i organizacyjne opieki długoterminowej - teoria**

Cel: Zapoznanie z wymogami prawnymi i dokumentacją w opiece.

Zakres tematyczny:

Współpraca z instytucjami (NFZ, PCPR, OPS)

Prowadzenie dokumentacji medycznej i pielęgnacyjnej

Obowiązki opiekuna wobec pacjenta i rodziny

### **Moduł 8: Zajęcia praktyczne**

Cel: Utrwalenie wiedzy poprzez praktyczne ćwiczenia.

Zakres tematyczny:

Ćwiczenia z zakresu pielęgnacji chorego (mycie, ubieranie, zmiana pozycji)

Obsługa sprzętu pomocniczego (łóżka rehabilitacyjne, wózki, podnośniki)

Symulacje sytuacji nagłych i postępowanie w nich

### **Egzamin**

Uczestnicy zdobędą kompetencje w zakresie:

Prawidłowej i bezpiecznej opieki fizycznej, w tym pomoc w codziennych czynnościach życia codziennego (higiena, ubieranie, karmienie, mobilizacja osób niesamodzielnych).

Wsparcia emocjonalnego i psychologicznego, czyli umiejętności budowania relacji, komunikowania się z osobami starszymi lub przewlekle chorymi oraz rozpoznawania potrzeb emocjonalnych podopiecznych.

Postępowania w sytuacjach zdrowotnych, obejmującego monitorowanie stanu zdrowia, podstawy pierwszej pomocy oraz współpracę z personelem medycznym.

Prowadzenia dokumentacji opiekuńczej, zgodnie z obowiązującymi standardami i wymaganiami prawnymi, co pozwala na profesjonalne planowanie i raportowanie działań opiekuńczych.

Organizacji pracy w różnych środowiskach opiekuńczych, zarówno w domach podopiecznych, jak i w placówkach opiekuńczych, przy uwzględnieniu bezpieczeństwa, higieny oraz komfortu osób objętych opieką.

Szkolenie ma również na celu rozwijanie świadomości odpowiedzialności zawodowej, empatii oraz etyki pracy opiekuna, co jest kluczowe dla zapewnienia wysokiej jakości opieki i poprawy jakości życia podopiecznych.

Łączna liczba godzin szkolenia: 10 godz. w tym: 6 godzin teorii oraz 3 godziny praktyki i 1 godzina przeznaczona jest na egzamin.

Przerwy nie są wliczone w czas trwania usługi.

Formy:

Wykłady z prezentacją

– omawianie chorób przewlekłych, zasad higieny, bezpieczeństwa pacjenta, praw pacjenta.

Ćwiczenia praktyczne

– pokaz prawidłowego wykonywania procedur, np. podawania leków, zmiany opatrunków.

### **Walidacja**

#### A. Test teoretyczny

Cel: Sprawdzenie wiedzy z zakresu BHP, higieny, anatomii, dietetyki, pierwszej pomocy, aspektów prawnych i psychologicznych.

Forma: pytania zamknięte.

#### B. Ocena w warunkach stymulowanych

Cel: Sprawdzenie umiejętności praktycznych w zakresie pielęgnacji, bezpieczeństwa i komunikacji.

Forma: ocena postępowania w warunkach symulacyjnych - scenka.

Ocena opiera się na:

1. Technice pracy
2. Komunikacji i wsparciu psychologicznym
3. Postępowaniu w sytuacjach nagłych
4. Obsłudze sprzętu pomocniczego

W celu zapewnienia wysokiej efektywności nauczania oraz zaangażowania uczestników, szkolenie realizowane będzie z wykorzystaniem metod interaktywnych i aktywizujących, które łączą elementy teorii z praktyką.

Zastosowane metody pozwolą na rozwijanie zarówno wiedzy merytorycznej, jak i kompetencji praktycznych oraz społecznych niezbędnych w pracy opiekuna osoby niesamodzielnej.

##### 1. Dyskusja kierowana

Prowadzący zadaje pytania otwarte, moderuje rozmowę i zachęca uczestników do dzielenia się doświadczeniami, opiniami oraz pomysłami na rozwiązanie konkretnych problemów zawodowych.

##### 2. Analiza przypadków (case study)

Uczestnicy analizują opisy rzeczywistych lub modelowych sytuacji z pracy opiekuna. Wspólnie identyfikują problemy, proponują działania i omawiają ich skutki. Metoda rozwija umiejętność podejmowania decyzji i rozwiązywania problemów w praktyce.

##### 3. Odgrywanie ról (scenki symulacyjne)

Uczestnicy w parach lub małych grupach wcielają się w role opiekuna, pacjenta lub członka rodziny. Ćwiczenie pozwala na rozwijanie kompetencji komunikacyjnych, empatii i umiejętności reagowania w trudnych sytuacjach emocjonalnych.

##### 4. Pokaz i ćwiczenia praktyczne

Prowadzący demonstruje sposób wykonywania czynności pielęgnacyjnych lub udzielania pierwszej pomocy, po czym uczestnicy samodzielnie je powtarzają, otrzymując bieżące wskazówki i korekty.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 13

| Przedmiot / temat                                         | Typ aktywności | Prowadzący | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-----------------------------------------------------------|----------------|------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 1 z 13<br>Wprowadzenie do opieki długoterminowej - teoria | Zajęcia        | Anna Dudek | 20-09-2026            | 08:00               | 09:00               | 01:00         |

| Przedmiot / temat                                                                                  | Typ aktywności | Prowadzący | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>2 z 13</b><br>Podstawy anatomii i fizjologii człowieka teoria                                   | Zajęcia        | Anna Dudek | 20-09-2026            | 09:00               | 09:45               | 00:45         |
| <b>3 z 13</b> -                                                                                    | Przerwa        | -          | 20-09-2026            | 09:45               | 10:15               | 00:30         |
| <b>4 z 13</b><br>Pielęgnacja i higiena pacjenta- teoria połączona z praktyką                       | Zajęcia        | Anna Dudek | 20-09-2026            | 10:15               | 11:00               | 00:45         |
| <b>5 z 13</b><br>Podstawy dietytyki i żywienia - teoria                                            | Zajęcia        | Anna Dudek | 20-09-2026            | 11:00               | 11:45               | 00:45         |
| <b>6 z 13</b> -                                                                                    | Przerwa        | -          | 20-09-2026            | 11:45               | 12:15               | 00:30         |
| <b>7 z 13</b><br>Podstawy pierwszej pomocy i bezpieczeństwa w opiece - teoria połączona z praktyką | Zajęcia        | Anna Dudek | 20-09-2026            | 12:15               | 13:00               | 00:45         |
| <b>8 z 13</b><br>Wsparcie psychologiczne i komunikacja teoria                                      | Zajęcia        | Anna Dudek | 20-09-2026            | 13:00               | 14:00               | 01:00         |
| <b>9 z 13</b> Aspekty prawne i organizacyjne opieki długoterminowej- teoria                        | Zajęcia        | Anna Dudek | 21-09-2026            | 08:00               | 09:00               | 01:00         |
| <b>10 z 13</b> -                                                                                   | Przerwa        | -          | 21-09-2026            | 09:00               | 09:15               | 00:15         |
| <b>11 z 13</b> Zajęcia praktyczne                                                                  | Zajęcia        | Anna Dudek | 21-09-2026            | 09:15               | 10:45               | 01:30         |

| Przedmiot / temat | Typ aktywności | Prowadzący | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-------------------|----------------|------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 12 z 13 -         | Przerwa        | -          | 21-09-2026            | 10:45               | 11:00               | 00:15         |
| 13 z 13 -         | Walidacja      | -          | 21-09-2026            | 11:00               | 12:00               | 01:00         |

## Podsumowanie

| Rodzaj godzin                        | Liczba godzin |
|--------------------------------------|---------------|
| Suma godzin zegarowych usługi        | 10:00         |
| w tym suma godzin zajęć              | 07:30         |
| w tym suma godzin walidacji          | 01:00         |
| w tym suma przerw                    | 01:30         |
| Suma godzin dydaktycznych bez przerw | 11:15         |

# Cennik

## Cennik

| Rodzaj ceny                                                                     | Cena         |
|---------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto                                       | 1 500,00 PLN |
| Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT |              |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto                                        | 1 500,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                                                       | 150,00 PLN   |
| Koszt osobogodziny netto                                                        | 150,00 PLN   |

## Liczba godzin usługi

| Rodzaj godzin                   | Liczba godzin |
|---------------------------------|---------------|
| Liczba godzin zegarowych usługi | 10:00         |

# Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

## Anna Dudek

Pani Anna posiada ponad pięcioletnie doświadczenie zawodowe w obszarze opieki nad osobami starszymi, w tym w ścisłej współpracy z Domami Pomocy Społecznej. Jest doświadczoną trenerką, która łączy solidną wiedzę merytoryczną z bogatą praktyką zdobywaną zarówno w pracy instytucjonalnej, jak i w bezpośredniej opiece nad osobami niesamodzielnymi. Specjalizuje się w wprowadzeniu szkoleń dedykowanych opiekunom zawodowym, wolontariuszom oraz członkom rodzin sprawującym opiekę nad seniorami – zarówno w warunkach domowych, jak i w placówkach opiekuńczych.

Jej główne obszary kompetencji obejmują m.in.:

pielęgnację i organizację opieki nad osobami starszymi, komunikację i pracę z osobami cierpiącymi na demencję i choroby otępienne,

udzielanie wsparcia psychologicznego i emocjonalnego podopiecznym oraz ich rodzinom, rozwój kompetencji interpersonalnych niezbędnych w pracy opiekuna. Szkolenia prowadzone przez Panią Anię cechują się poziomem merytorycznym, praktycznym podejściem do zagadnień oraz dostosowaniem treści do potrzeb uczestników.

Uczestnicy cenią jej zajęcia za klarowny przekaz, autentyczność i przyjazną atmosferę, sprzyjającą wymianie doświadczeń i refleksji zawodowej.

Pani Anna realizuje proces dydaktyczny w oparciu o rzetelną wiedzę, wieloletnie doświadczenie oraz pasję do pracy z drugim człowiekiem. Pani Ania doświadczenie oraz kwalifikacje zdobyła nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia szczegółowych danych dotyczących oferowanej usługi

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik szkolenia otrzyma komplet materiałów, które wspomogą zarówno zdobywanie wiedzy podczas zajęć, jak i późniejsze jej praktyczne wykorzystanie. W skład materiałów wchodzi:

Skrypt szkoleniowy

– zawierający szczegółowe informacje teoretyczne, praktyczne wskazówki oraz przykłady zastosowań omawianych zagadnień.

Przykładowa dokumentacja opiekuńcza

– gotowe wzory i formularze, które mogą służyć jako wzorzec w codziennej pracy, ułatwiający wdrażanie standardów i procedur opiekuńczych.

Materiały te zostały przygotowane w sposób umożliwiający łatwe przyswajanie wiedzy oraz szybkie odwoływanie się do kluczowych informacji w praktyce zawodowej.

### Warunki uczestnictwa

Warunki uczestnictwa i zaliczenia szkolenia:

1. Uczestnictwo w szkoleniach dofinansowanych:
2. Warunkiem uczestnictwa w szkoleniu dofinansowanym jest:
  - założenie konta przez uczestnika w Bazie Usług Rozwojowych (BUR),
  - spełnienie wymagań określonych przez operatora dofinansowania.

## 1. Zaliczenie szkolenia:

Aby otrzymać potwierdzenie udziału w szkoleniu, uczestnik musi osiągnąć minimum 80% frekwencji z przeprowadzonych zajęć. Obecność uczestników weryfikowana poprzez listę obecności – wymagane minimum 80% obecności, by uzyskać zaliczenie.

Warunki organizacyjne:

Zajęcia prowadzone w sali wyposażonej w sprzęt multimedialny oraz pomoce dydaktyczne.

Zajęcia praktyczne prowadzone w grupach - 6-10 osobowych, co umożliwi ćwiczenie umiejętności i bezpośrednią obserwację. Zajęcia praktyczne umożliwią bezpieczne wykonywanie ćwiczeń. Taki podział pozwala każdemu uczestnikowi na aktywne uczestnictwo w procesie nauki – każdy wykonuje wszystkie czynności samodzielnie, a nie tylko obserwuje.

## Informacje dodatkowe

Usługa szkoleniowa jest zwolniona z podatku VAT pod warunkiem, że dofinansowanie pokrywa co najmniej 70% kosztów szkolenia. W przypadku mniejszego wsparcia finansowego do ceny netto usługi doliczany jest podatek VAT w wysokości 23%.

Zwolnienie z podatku VAT stosowane jest na podstawie § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (tekst jednolity: Dz.U. z 2025 r. poz. 832) oraz art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. a i c ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług.

## Adres

ul. Jana Kilińskiego 37/3

08-110 Siedlce

woj. mazowieckie

Lokal, w którym realizowane będzie szkolenie „Wprowadzenie do opieki długoterminowej – podstawy pracy z osobami przewlekle chorymi i niesamodzielnymi”, jest w pełni przystosowany do prowadzenia zajęć teoretycznych i praktycznych w zakresie opieki długoterminowej.

Pomieszczenia szkoleniowe spełniają wszystkie wymogi sanitarne, przeciwpożarowe i BHP, a ich układ przestrzenny umożliwia komfortową i bezpieczną realizację zajęć dla grup szkoleniowych.

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

## Kontakt



**MAGDALENA ŁOZA**

**E-mail** magdalena.loza@gmail.com

**Telefon** (+48) 535 212 339