



**Magiczny
Kraków**

Pierwsza pomoc - bezpłatne szkolenia dla krakowian

2022-09-26

Zapraszamy mieszkańców Krakowa do wzięcia udziału w bezpłatnych szkoleniach z udzielania pierwszej pomocy - we wrześniu przewidziano cztery terminy zajęć. Kursy są organizowane ramach programu poprawy bezpieczeństwa miasta „Bezpieczny Kraków”.

Celem projektu jest zapoznanie mieszkańców Krakowa z podstawami udzielania pierwszej pomocy w przypadku nagłego zatrzymania krążenia oraz uświadomienie ich, jak ważne jest reagowanie i pomaganie w najczęściej występujących stanach zagrożenia życia.

Program szkolenia uwzględnia poniższe zagadnienia:

- Podstawowe zabiegi resuscytacyjne z użyciem automatycznego defibrylatora zewnętrznego (BLS/AED) - omówienie, instruktaż
- Zasłabnięcia i utraty przytomności (różnice i metody postępowania, w tym pozycja bezpieczna) - omówienie, instruktaż
- Tamowanie krwotoków, w szczególności tętniczego - omówienie, instruktaż
- Zadławienia (zachłyśnięcia) - omówienie, instruktaż
- Postępowanie w przypadku ataku padaczki - omówienie, instruktaż
- Urazy kończyn - omówienie, instruktaż
- Oparzenia - omówienie, instruktaż
- Inne często występujące stany nagłe - pytania, dyskusja
- Symulacje realnego zdarzenia.

Dodatkowe szczegóły:

- Liczba miejsc ograniczona. Grupy szkoleniowe będą liczyć do 20 osób
- Czas trwania szkolenia - ok. 4 godziny zegarowe
- Każdy uczestnik otrzyma zaświadczenie o uczestnictwie w szkoleniu z zakresu pierwszej pomocy.

Najbliższe terminy szkoleń:

- **środa, 28 września, w godz. 17.00-21.00** - Wojewódzka Biblioteka Publiczna w Krakowie, ul. Rajska 1, sala 247 (II p.).

Zapisy prowadzone są online [tutaj](#).