



WARSZTATY PIERWSZEJ POMOCY

Rodzaj zadania publicznego

Porządek i bezpieczeństwo publiczne

- **Edukacja w zakresie pierwszej pomocy** – warsztaty dostarczą uczestnikom niezbędnych informacji i praktycznych umiejętności, takich jak resuscytacja krążeniowo-oddechowa (RKO), obsługa automatycznego defibrylatora (AED) oraz postępowanie w przypadku zastożeń czy urazów.
- **Podnoszenie świadomości i pewności siebie** – zajęcia praktyczne w bezpiecznym środowisku pozwolą na przełamanie barier związanych z brakiem pewności w sytuacjach wymagających udzielenia pomocy.
- **Dostosowanie treści do potrzeb społeczności lokalnej** – program warsztatów będzie uwzględniał specyfikę i realia życia na terenach wiejskich, gdzie czas dotarcia służb ratunkowych może być wydłużony.
- **Aktywna forma nauki** – uczestnicy będą mieli możliwość ćwiczenia scenariuszy zdarzeń z wykorzystaniem profesjonalnego sprzętu, co zwiększy ich gotowość do działania w sytuacjach kryzysowych.
- **Promowanie współodpowiedzialności społecznej** – projekt podkreśla znaczenie świadomości i zaangażowania społecznego w zwiększanie bezpieczeństwa w najbliższym otoczeniu.





SZKOLENIE I

- prawidłowe podejście do poszkodowanego,
- ocena stanu poszkodowanego,
- prawidłowe wezwanie pomocy
- Resuscytacja Krążeniowo Oddechowa – wstęp i teoria
- Użycie AED – wstęp i teoria













SZKOLENIE II

- Resuscytacja Krążeniowo Oddechowa (dorośli, dzieci, niemowlęta) –ćwiczenia praktyczne
- Użycie AED – ćwiczenia praktyczne















POCZĘSTUNEK

Na każdym spotkaniu na uczestników i prowadzących czekał poczęstunek

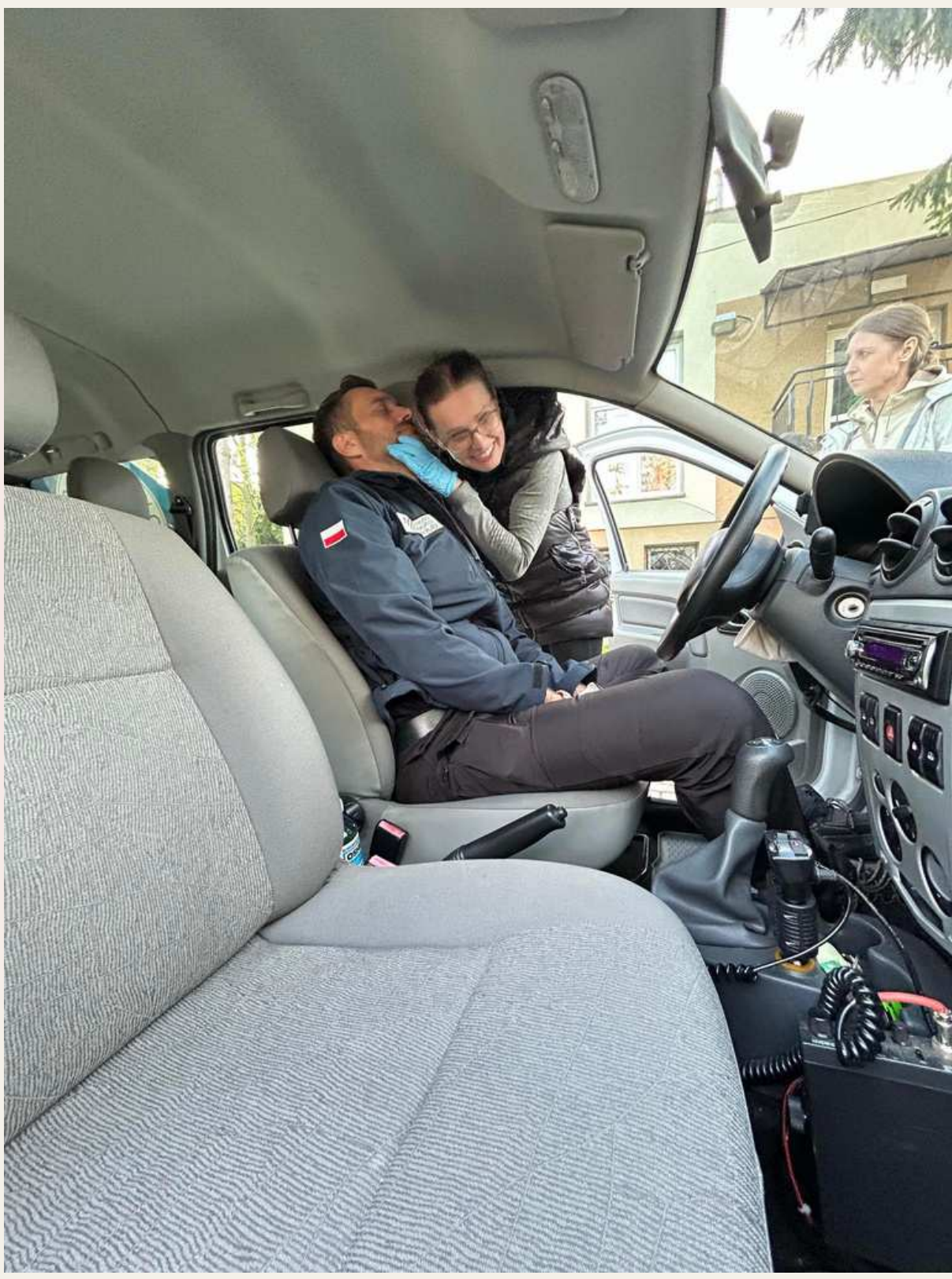


SZKOLENIE III

- zabezpieczenie miejsca wypadku
- omówienie ewakuacji osoby poszkodowanej z pojazdu
- ćwiczenia, ewakuacja osoby poszkodowanej z pojazdu











APTECZKI

Na zakończenie warsztatów uczestnicy otrzymali poręczne apteczki pierwszej pomocy – własnoręcznie skompletowane przez członkinie koła pod czujnym okiem ratowników ze stowarzyszenia RES.

Znalazło się w nich wyposażenie niezbędne podczas wycieczek rowerowych, spacerów i wyjazdów.





KOMUNIKACJA

Na profilach społecznościowych KGW i lokalnych grupach pojawiały się informacje o warsztatach, terminach zapisów, celach wydarzenia, relacje z warsztatów oraz ich podsumowanie.

Gospochy - Koło Gospodyń Wiejskich z Nowej Wsi
2 lipca o 09:53 · 🌐

🚑 Ratować – nie bać się pomagać! 🇵🇱
Za nami cykl trzech warsztatów pierwszej pomocy, zorganizowanych przez Koło Gospodyń Wiejskich Gospochy dla mieszkańców Gminy Michałowice.
Zajęcia prowadzili instruktorzy i instruktorki ze [RES Stowarzyszenie](#), dzieląc się wiedzą, doświadczeniem i ogromnym zaangażowaniem.

👥 Warsztaty były otwarte dla wszystkich - niezależnie od wieku czy doświadczenia. W kameralnej, przyjaznej atmosferze nauczyliśmy się, jak działać skutecznie i bezpiecznie w sytuacjach zagrożenia życia.

Czego się nauczyliśmy?
🔥 jak przeprowadzić resuscytację krążeniowo-oddechową (RKO)
⚡ jak prawidłowo używać AED - automatycznego defibrylatora zewnętrznego
🩹 jak opatrywać rany i bandażować urazy
🚑 jak udzielić pomocy w wypadkach komunikacyjnych

To była cenna i praktyczna wiedza - ale pamiętajmy, że takie umiejętności trzeba regularnie powtarzać, bo szybko się zapominają. Dlatego warto wracać do ćwiczeń i przypominać sobie podstawy pierwszej pomocy.

📦 Każdy z uczestników otrzymał również mini apteczkę pierwszej pomocy - przydatną w domu, w aucie czy na spacerze oraz książeczkę ABC pierwszej pomocy.

Dziękujemy wszystkim za obecność i zaangażowanie.
Razem budujemy bezpieczniejszą i bardziej świadomą społeczność! 🤝
Dofinansowanie z budżetu [Gminy Michałowice](#) w ramach dotacji dla organizacji pozarządowych.
[Agata mazakiem wymiata](#) - grafika

#PierwszaPomoc #RatujemyŻycie #KGWGospochy #StowarzyszenieRES #GminaMichałowice
#BezpiecznaSpołeczność #DziałamyRazem #EdukacjaDlaKażdego #PowtarzajByPamiętać
#MiniApteczkaNaStart

Gospochy

Gospochy - Koło Gospodyń Wiejskich z Nowej Wsi · Obserwujesz

Rolki · 28 mar ·

🔊

⋮

☆

Przyznaj!

👍

9

💬

3

🔁

3

sos

Warsztaty Pierwszej Pomocy – dużo wiedzy, dużo akcji, dużo ruchu!

sos

Za nami intensywne i pełne praktyki warsztaty pierwszej pomocy! Ćwiczyliśmy resus... Wyświetl więcej

Julio Cercato · Happy Days

Gospochy

Gospochy - Koło Gospodyń Wiejskich z Nowej Wsi · Obserwujesz

Rolki · 26 kwi ·

🔊

⋮

☆

Przyznaj!

👍

11

💬

1

🔁

1

sos

Warsztaty z pierwszej pomocy przy wypadkach drogowych 🚑 W ostatnich dniach miałyśmy okazję wziąć udział w niezwykle ważnych warsztatach z pierwszej p... Wyświetl więcej

Summer Martin · Bora Bora

Gospochy

Gospochy - Koło Gospodyń Wiejskich z Nowej Wsi · Obserwujesz

Rolki · 28 mar ·

🔊

⋮

☆

Przyznaj!

👍

9

💬

3

🔁

3

sos

Warsztaty Pierwszej Pomocy – dużo wiedzy, dużo akcji, dużo ruchu!

sos

Za nami intensywne i pełne praktyki warsztaty pierwszej pomocy! Ćwiczyliśmy resus... Wyświetl więcej

Julio Cercato · Happy Days



PIERWSZA Z POMOC



999



112

PRAWIDŁOWE
WEZWANIE POMOCY

NAJWAŻNIEJSZE



RESUSCYTACJA

ODDECHOWO - KRAŻENIOWA



UŻYCIE AED



WŁASNE BEZPIECZEŃSTWO



UŻYWAJ
RĘKAWICZEK



S

SYMPTOMY

A

ALERGIE

M

MEDYKAMENTY

P

PRZESZŁOŚĆ

L

UNCH

E

WENTUALNIE

WNIOSKI NA PRZYSZŁOŚĆ

- Zaleca się kontynuowanie cyklicznych szkoleń z zakresu pierwszej pomocy, aby wiedza ta była systematycznie odświeżana i docierała do coraz większej grupy mieszkańców.
- Warto często przypominać podstawowe zasady pierwszej pomocy – grafika którą przygotowaliśmy jest przykładem takich działań.
- Wskazane jest rozszerzenie zakresu warsztatów o dodatkowe scenariusze (np. pomoc w przypadku udaru, zawału, urazów domowych itp.) oraz o edukację profilaktyczną (choroby cywilizacyjne i prewencja).



Projekt warsztatów pierwszej pomocy okazał się potrzebną i efektywną inicjatywą społeczną, która realnie wpłynęła na poprawę bezpieczeństwa w lokalnej społeczności oraz wzmocniła zaangażowanie i integrację kobiet działających w KGW Gospochy.

Wsparcie gminy oraz zaangażowanie członkiń koła było kluczowe dla sukcesu przedsięwzięcia. Zdobyte doświadczenia i zbudowana sieć współpracy pozwalają planować kolejne działania o podobnym charakterze.



2025

Przygotowała

Ewa Chojak

Przewodnicząca KGW
Gospochy