

Akademie **nevšedního** vzdělávání, s. r. o., ve spolupráci
s akreditovanou vzdělávací institucí **Ing. Radim Martynek** zve

VŠECHNY, KTEŘÍ SE CHTĚJÍ **VZDĚLÁVAT A BAVIT**,
NA SVIŽNÝ INTERAKTIVNÍ **ZÁBAVNÝ** ODBORNÝ SEMINÁŘ



KURZ PRVNÍ POMOCI II. S NÁCVIKEM RESUSCITACE A PRÁCE S DEFIBRILÁTOREM VČETNĚ PŘÍSTROJOVÉHO POTÁPĚNÍ,

který se uskuteční v termínu dle dohody
na smluveném bazéně.

Život se může změnit během **jediné vteřiny**. V krizových situacích nerozhoduje odvaha, ale připravenost. A právě proto jsme tu pro Vás a nabízíme praktický kurz první pomoci pro veřejnou správu a samosprávu s nácvikem potápění. Zní to šíleně? Jasně! Argumenty pro realizaci najdete na konci dokumentu. **Co se u nás naučíte:**

- 👉 rozeznat situace spojené s náhlou zástavou oběhu
- 👉 zvládnout KpR (kardiopulmonální resuscitace), BLS a BLS+
- 👉 základy resuscitace v teoretické rovině + resuscitaci nanečisto a záchranu života
- 👉 práci s automatickým externím defibrilátorem (AED) na figuríně, která monitoruje efektivitu masáže srdce
- 👉 jak na prevenci úrazů u řek, jezer, nádrží a koupališť – rozpoznání tonutí, základní sebezáchrana a záchrana tonoucího (bez skoku do vody)
- 👉 rozpoznání krizových situací ve vodním prostředí
- 👉 potápění s přístrojem: teorie na suchu – praxe v bazénu (vyzkoušení celooobličejových masek Oceanreef s komunikačním systémem)

🕒 **Délka kurzu:** 08:00–14:00

- ✓ 1,5 hodiny teorie (příčiny, legislativa, postupy)
- ✓ 2,5 hodiny praxe (KPR, AED, procvičování)
- ✓ 2,5 hodiny v bazénu

👥 **Počet účastníků:**

- ✓ 8–12 osob

Časový rozvrh a ceny:

- ✓ 07:59–11:57 **Vyučovací blok** (s drobnou přestávkou)
- ✓ 11:57–12:27 obědová pauza
- ✓ 12:27–14:59 **Vyučovací blok** (s drobnou přestávkou)
- ✓ 28.800 Kč vč. 0% DPH

S sebou: plavky + ručník



**„ZACHRÁNIT LIDSKÝ ŽIVOT NEZNAMENÁ BÝT HRDINOU – ZNAMENÁ BÝT
PŘIPRAVENÝ UDĚLAT SPRÁVNÝ KROK VE SPRÁVNÝ ČAS.“**

V ceně:

- ✓ školení první pomoci a KPR/AED + školení vodní bezpečnosti
- ✓ ochutnávka potápění s přístrojem (Discover Scuba Diving)
- ✓ vstup do bazénu a využití školicích prostor + veškeré zapůjčené vybavení (potápěčská výstroj, cvičné AED, resuscitační figuríny, masky Oceanreef atd.)
- ✓ občerstvení (oběd/lehké jídlo a nápoje v průběhu dne) + osvědčení o absolvování

Lektor: zdravotnický záchranář, instruktor potápění, instruktor a trenér plavání, který školí vodní záchranáře, hasiče, městskou policii, instruktory lyžování, specialisty na výškové práce, učitele, úředníky, ...

Akreditace: Seminář je realizován akreditovanou vzdělávací institucí a je proto započítatelný do průběžného vzdělávání. Nadto absolventům nabídneme dobrovolný akreditovaný e-learning se započtením dalších 2 dní do PV (dle zákona o úřednících).



Seriózní argumenty pro realizaci:

1. **Rozšíření praktických dovedností v krizových situacích:** Kurz posiluje schopnost rychlé reakce, rozhodování pod tlakem a koordinace v týmu – tedy přesně těch dovedností, které se hodí i na úřadě, když „to někde hoří“ (byť jen přeneseně).
2. **Prevence a bezpečnost na pracovišti:** Úřady jsou místem s vysokým pohybem občanů – od seniorů až po rodiče s dětmi. Znalost resuscitace a práce s defibrilátorem může doslova zachránit život přímo na chodbě úřadu.
3. **Trénink odolnosti vůči stresu a panice:** Simulace mimořádných situací – ať už na souši nebo „pod vodou“ – učí zvládat stres, zachovat klid a přemýšlet v krizových podmínkách. Cenná kompetence i při rozpočtovém provizoriu.
4. **Týmová spolupráce:** Cvičení při potápění a resuscitaci zlepšuje komunikaci a důvěru mezi kolegy. Po kurzu se na odboru komunálních služeb i odboru dopravy budou na sebe dívat jinak – jako na tým, který spolu doslova dýchá z jedné láhve.
5. **Zdravotní gramotnost a prevence:** Kurz naplňuje strategii MZ ČR v oblasti zvyšování zdravotní gramotnosti a podporuje bezpečné prostředí na pracovišti – což je i cíl moderní veřejné správy.



Vtipné (a trefné) argumenty

1. Každý úředník se občas „potápí“ – v papírech, v žádostech – i ve schvalovacích procesech. Teď se konečně naučí, jak se z toho elegantně vynořit!
2. Když se někdo na poradě začne „dusit“ argumenty, kolegové budou vědět, jak ho zachránit – od dechu po defibrilátor.
3. Trénink s přístrojem pod vodou pomůže všem, kdo mají pocit, že se v rozpočtech musí orientovat jako v hlubinách oceánu.
4. Kurz učí zvládat tlak – doslova. Kdo zvládne tlak v láhvi se stlačeným vzduchem, ten už se nezhroutí ani pod tlakem termínů.
5. Potápěčský výcvik pro úředníky je ideální příprava na pracovní ponory do složitých agend. A na dně těchto agend se občas taky najde poklad – nebo aspoň ztracená příloha usnesení.
6. A kdo ví – možná právě díky tréninku pod vodou dokážou úředníci dýchat s občany jedním dechem.

**„MOŽNÁ NEZACHRÁNÍŠ CELÝ SVĚT, ALE PRO NĚKOHO BUDEŠ CELÝ SVĚT,
KDYŽ MU ZACHRÁNÍŠ ŽIVOT.“**