

PROPOZICE KE KURZU INSTRUKTORŮ ČHS 2019

Název kurzu	SCI – 2.blok – PRVNÍ POMOC
Místo konání kurzu/doškolení	VYSOČINA, Penzion Poslední míle
Datum konání kurzu/doškolení	23.-26. května 2019, zahájení kurzu ve 11 hodin
Lektor	Martin Honzík 605 503 720 nebo e-mail: martinhonzik@seznam.cz
Další lektoři	Jana Kubalová, Pavel Neumann

Od kdy do kdy:

- Začátek kurzu - **čtvrtek 23.5.2019 v 11:00 !!!** Penzion Poslední míle
- Konec kurzu - **neděle 26.5.2019 cca v 16:00**

Zaměření kurzu:

- Poskytování první pomoci a záchrana. A to jak v místech, kde stačí zavolat na tísňovou linku a přijede záchranná služba a pacienta si od vás převezme, tak i v nedostupných lokalitách, kde jste odkázáni jen sami na sebe a použít můžete jen to, co máte po ruce.

Jak kurz probíhá:

- Bloky nezbytné teorie jsou realizované formou přednášek promítaných v „Power Pointových“ prezentacích.
- To, co teoreticky probereme, to ihned prakticky nacvičíme (na modelech, na figurantech, na sobě vzájemně).
- Praktický výcvik probíhá v menších skupinkách – důraz je kladen na individuální přístup – všichni si musí vyzkoušet všechno.
- Po teoretickém výkladu a praktickém nácviku pod odborným dohledem začínají frekventanti samostatně řešit „reálné“ nehody a jiné neodkladné stavy. Nejprve jednoduché, nekomplikované a s postupem času čím dál tím složitější a náročnější.

Co s sebou:

- Oblečení, které se může zašpinit - na ven i do místnosti. Počítat s tím, že může i pršet. Budeme hodně venku a budeme se hodně válet po zemi. Kurz probíhá za každého počasí.
- Obuv – na ven.
- Přezutí do chalupy.
- Karimatku – lépe klasickou pěnovou.
- Spacák.
- Psací potřeby.
- Čelovku + náhradní baterie.
- **Osobní lékárničku – NEZAPOMENOUT!!! + mějte dostatečný počet rukavic (nesterilní na ošetřování).**
- Teleskopické hůlky.
- Karabina 3 ks.
- Prusíky: průměr 6 mm, délka 2 x 1,5 m, 1 x 3 m, 1 x 5 m.
- Sešitý popruh - délka 120 - 160 cm.
- Lano ① - délka 50 m (stačí jedno do dvojice).
- **Staré lano** na nácvik záchrany ve stěně i s odřezáváním – stačí i jen pár metrů dlouhé.
- Další (komplet) lezecký matroš – moc nepolezeme, ale budeme si ukazovat, jak lezecký materiál využít při první pomoci a při záchráně.
- **Helmu!!!**
- Žďárák pro dvě osoby nebo větší plachtu + ALU folie.
- Kletr.
- Nůž.
- Jídlo a pití na svačinu.
- Další dle vlastního uvážení.

Před kurzem doporučujeme prostudovat tyto materiály:

<http://www.horosvaz.cz/doporuceni-informace/metodika-doporuceni/>

<http://www.horosvaz.cz/doporuceni-informace/odborne-clanky-a-informace/>

Dále všichni budoucí instruktoři jako povinnou četbu přečíst:

Pit Schubert - Bezpečnost na skále a ledu I. - III. díl.

Místo konání kurzu + ubytování + stravování:

- Vysočina – Žďárské vrchy – Penzion Poslední míle
- Ubytování ve vícelůžkových pokojích
- Další informace o místě konání včetně popisu příjezdu na:
 - www.penzionposlednimile.cz
- Ubytování je zamluvené pro všechny přihlášené.
- Platí se na místě – cena 300 Kč/os./noc
- Strava - na místě domluvíme v penzionu Poslední míle plnou penzi.

Lektoři:

- Martin HONZÍK
- Jana KUBALOVÁ
- Pavel NEUMANN

Více o lektorech na www.horosvaz.cz – Medicína – Lékařská komise

Kontakt – pro informace a dotazy ohledně kurzu:

- **Martin Honzík**
- tel. č. : 605 503 720 nebo e-mail: martinhonzik@seznam.cz

DŮLEŽITÉ UPOZORNĚNÍ:

**PRO UZNÁNÍ ABSOLVOVÁNÍ TOHOTO KURZU JE NUTNÁ 100 % ÚČAST
PO CELOU DOBU KURZU.**

DOMÁCÍ ÚKOL NA KURZ:

Každý, kdo byl svědkem nebo přímo aktérem nějaké nehody nebo i „skoronehody“ (stačilo málo a nehoda se stala) nebo došlo k selhání materiálu či lidského faktoru atp., tak si prosím připravte krátkou prezentaci s důrazem na příčiny problému a také na případnou prevenci. Foto či videodokumentace nebo destruovaný materiál jsou vítány – k dispozici bude notebook + datový projektor. Zn.: „Ať se vzájemně poučíme!“