ČESKÝ
HOROLEZECKÝ
SVAZ

PROPOZICE K SEMINÁŘI ČHS

Název semináře	První pomoc - základní
Místo konání	
Termín konání	9. - 10. 1. 2027
Cena semináře	2.400,- (vč. vstupů na stěnu)
Lektor	Jana Kubalová, Tel.: 603 759 454

PROGRAM:
časový harmonogram i témata na jednotlivé dny jsou orientační, výuku přizpůsobíme situaci

Sobota

- Příjezd do 8:30, zahájení výuky v 9:00. Prosím, buďte dochvilní.
- Teorie poskytování první pomoci (jak vznikají úrazy na lezeckých stěnách, biomechanika traumat, postup při poskytování první pomoci při úrazovém i neúrazovém stavu, jak a kdy volat záchranku)
- Praxe – nácviky zástava život ohrožujícího krvácení, základní rozhodovací postupy a život zachraňující výkony, resuscitace, vč. použití AED, prevence hypotermie
- Předpokládané ukončení výuky do 17:00 hodin
- Lezení na stěně, vstup zdarma

Neděle

- Organizace poskytování první pomoci
- Management řešení událostí, kde je více zraněných
- Řešení modelových situací úrazů i neúrazových stavů na umělé stěně
- Předpokládané ukončení výuky nejpozději v 17:00 hodin

STRAVA:

- vlastní

VYBAVENÍ:

- Standardní vybavení pro lezení na umělé stěně (jistítka - kyblíky i automaty, sedák, lezečky)
- Vlastní vybavenou lékárničku – budeme ji používat!
- Tužku, papír na poznámky

Těším se na vás. Budete-li mít jakýkoliv dotaz, neváhejte mě kontaktovat. Jana