

Harmonogram

Nazwa Beneficjenta: Warmińsko-Mazurski Zakład Doskonalenia Zawodowego w Olsztynie

Placówka realizująca kurs: Centrum Edukacji w Ostródzie

Numer projektu: FEWM.07.08-IP.01-0018/24

Tytuł projektu: Nowe umiejętności - większe możliwości

Nazwa szkolenia zawodowego/kursu: Podstawy opieki nad osobami starszymi

Nr kursu: 6/154/2025

Uczestników: 1 w tym kobiet: 1, mężczyzn: 0

Termin realizacji: 23.08.2025-31.08.2025



Fundusze Europejskie
dla Warmii i Mazur

Dofinansowane przez
Unię Europejską



1. Harmonogram

Data realizacji	Godziny realizacji zajęć od-do	Temat zajęć	Wykładowca	Miejsce realizacji zajęć/nazwa instytucji (miejscowość, ulica, nr lokalu)
23.08.2025	08:00-08:45	Biologiczne i fizjologiczne aspekty starzenia się. Zmiany w układach: krążenia, nerwowym, kostnym i pokarmowym.	Pietrzak Patrycja Elżbieta	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	08:45-10:15	Wpływ starzenia na funkcjonowanie psychiczne i emocjonalne. Czynniki wpływające na proces starzenia się (styl życia, genetyka, środowisko).	Pietrzak Patrycja Elżbieta	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	10:15-10:25	PRZERWA		
	10:25-11:10	Najczęstsze schorzenia wieku starczego (choroby serca, cukrzyca, nadciśnienie, osteoporoza).	Pietrzak Patrycja Elżbieta	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	11:10-11:55	Choroby neurodegeneracyjne (Alzheimer, Parkinson, demencja starcza).	Pietrzak Patrycja Elżbieta	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	11:55-12:40	Problemy układu ruchu i ich wpływ na samodzielność seniora.	Pietrzak Patrycja Elżbieta	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	12:40-13:25	Profilaktyka i leczenie najczęstszych chorób wieku podeszłego.	Pietrzak Patrycja Elżbieta	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
24.08.2025	09:00-09:45	Podstawowe parametry życiowe: tętno, ciśnienie krwi, temperatura, saturacja.	Pietrzak Patrycja Elżbieta	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	09:45-10:30	Techniki pomiaru i zasady ich wykonywania.	Pietrzak Patrycja Elżbieta	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	10:30-11:15	Obserwacja objawów pogorszenia stanu zdrowia seniora.	Pietrzak Patrycja Elżbieta	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	11:15-11:25	PRZERWA		
	11:25-12:10	Prowadzenie dokumentacji i raportowanie zmian zdrowotnych.	Pietrzak Patrycja Elżbieta	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	12:10-12:55	Zasady codziennej pielęgnacji seniora.	Pietrzak Patrycja Elżbieta	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	12:55-13:40	Higiena osób leżących i zapobieganie odleżynom.	Pietrzak Patrycja Elżbieta	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	13:40-14:25	Pomoc w ubieraniu i pielęgnacja skóry, włosów, paznokci.	Pietrzak Patrycja Elżbieta	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	14:25-14:45	PRZERWA		



Fundusze Europejskie
dla Warmii i Mazur

Dofinansowane przez
Unię Europejską



24.08.2025	14:45-15:30	Wspomaganie osoby starszej w czynnościach dnia codziennego.	Pietrzak Patrycja Elżbieta	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
30.08.2025	08:00-08:45	Formy aktywności osób starszych oraz ćwiczenia usprawniające przy występujących schorzeniach.	Pietrzak Patrycja Elżbieta	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	08:45-09:30	Rola i znaczenie aktywności społecznej seniorów.	Pietrzak Patrycja Elżbieta	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	09:30-10:15	Aktywne spędzanie czasu z osobą w wieku podeszłym.	Pietrzak Patrycja Elżbieta	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	10:15-10:25	PRZERWA		
	10:25-11:10	Specyfika żywienia osób starszych – zmiany metaboliczne i trawienne.	Pietrzak Patrycja Elżbieta	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	11:10-11:55	Diety specjalistyczne dla seniorów (np. w cukrzycy, nadciśnieniu, osteoporozie).	Pietrzak Patrycja Elżbieta	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	11:55-13:25	Techniki karmienia osób niesamodzielnych. Wpływ nawodnienia na zdrowie osób starszych.	Pietrzak Patrycja Elżbieta	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
31.08.2025	09:00-09:45	Podstawowe zasady udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej w stanach zagrożenia życia i zdrowia	Podolak Grzegorz	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	09:45-10:30	Ocena podstawowych parametrów życia ABC	Podolak Grzegorz	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	10:30-11:15	Ułożenie w pozycji przeciwstawnej i bocznej ustalonej	Podolak Grzegorz	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	11:15-11:25	PRZERWA		
	11:25-12:55	Resuscytacja krążeniowo-oddechowa bezprzryadowa	Podolak Grzegorz	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	12:55-13:40	Pierwsza pomoc dla dzieci : utonięcia, uduszenie, zachłyśnięcie, porażenie prądem	Podolak Grzegorz	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	13:40-14:25	Identyfikacja i zaopatrzenie urazów : złamania, zwichnięcia, skręcenia, zaopatrzenie ran i krwotoków	Podolak Grzegorz	ul. Olsztyńska 17; Ostróda
	14:25-14:45	PRZERWA		
	14:45-15:30	Identyfikacja i zaopatrzenie urazów zagrażających życiu : zawał, udar, hipoglikemia, padaczka	Podolak Grzegorz	ul. Olsztyńska 17; Ostróda



Fundusze Europejskie
dla Warmii i Mazur

Dofinansowane przez
Unię Europejską

