

## Harmonogram

**Nazwa Beneficjenta:** Warmińsko-Mazurski Zakład Doskonalenia Zawodowego w Olsztynie

**Placówka realizująca kurs:** Centrum Edukacji w Lidzbarku Warmińskim

**Numer projektu:** FEWM.07.07-IP.01-0004/23

**Tytuł projektu:** Pracuj dalej!

**Nazwa szkolenia zawodowego/kursu:** Opiekun osób starszych, chorych i niepełnosprawnych

**Nr kursu:** 11/114/2026

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

**Termin realizacji:** 19.05.2026-11.06.2026

## 1. Harmonogram

Data realizacji	Godziny realizacji zajęć od-do	Temat zajęć	Miejsce realizacji zajęć/nazwa instytucji (miejsowość, ulica, nr lokalu)
19.05.2026	14:45-16:15	Podstawy anatomii i fizjologii człowieka.	ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński
	16:15-17:00	Zmiany zachodzące w organizmie człowieka pod wpływem starzenia się lub niektórych chorób.	ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński
	17:00-17:10	PRZERWA	
	17:10-17:55	Zmiany zachodzące w organizmie człowieka pod wpływem starzenia się lub niektórych chorób.	ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński
	17:55-18:40	Opieka nad osobami starszymi, przewlekle chorymi i niepełnosprawnymi	ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński
21.05.2026	14:45-15:30	Bezpieczeństwo pracy. Zasady opieki.	ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński
	15:30-17:00	Utrzymywanie czystości w otoczeniu podopiecznego. Załatwianie spraw podopiecznego związanych z gospodarstwem domowym.	ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński
	17:00-17:10	PRZERWA	
	17:10-18:40	Utrzymywanie czystości w otoczeniu podopiecznego. Załatwianie spraw podopiecznego związanych z gospodarstwem domowym.	ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński
26.05.2026	14:45-16:15	Rehabilitacja osób starszych. Rehabilitacja osób chorych i po rekonwalescencji. Rehabilitacja osób niepełnosprawnych ruchowo.	ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński
	16:15-17:00	Wpływ ćwiczeń na organizm. Gimnastyka poranna oraz gimnastyka ogólnousprawniająca.	ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński
	17:00-17:10	PRZERWA	
	17:10-17:55	Zasady racjonalnego odżywiania osób starszych, chorych i niepełnosprawnych. Najczęstsze błędy w zakresie żywienia	ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński
	17:55-18:40	Zalecenia dla osób starszych, chorych i niepełnosprawnych dotyczące profilaktyki chorób żywieniowo-zależnych.	ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński
	18:40-19:25	Zasady postępowania dietetycznego w wybranych chorobach. Typy diet w żywieniu osób chorych.	ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński
28.05.2026	14:45-15:30	Rola i zadania opiekuna osób starszych, chorych i niepełnosprawnych. Charakterystyka zawodu i specyfika pracy. Etyka w zawodzie opiekuna.	ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński
	15:30-16:15	Potrzeba przynależności, potrzeba użyteczności i uznania, potrzeba niezależności, potrzeba bezpieczeństwa (fizycznego i psychicznego).	ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński
	16:15-17:00	Demencja starcza, upośledzenie umysłowe. Zaburzenia psychiczne, zaburzenia ruchowe. Opieka środowiskowa, opieka paliatywna.	ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński
	17:00-17:10	PRZERWA	
	17:10-19:25	Utrzymywanie czystości w otoczeniu podopiecznego. Zaspokajanie potrzeby odżywiania. Wykonywanie pomiarów podstawowych parametrów życiowych. Zapobieganie odleżynom i innym powikłaniom u osób leżących. Rozpoznawanie potrzeb podopiecznego w zakresie wykonywania czasu wolnego.	ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński

02.06.2026	14:45-17:00	Utrzymywanie czystości w otoczeniu podopiecznego. Zaspokajanie potrzeby odżywiania. Wykonywanie pomiarów podstawowych parametrów życiowych. Zapobieganie odleżynom i innym powikłaniom u osób leżących. Rozpoznawanie potrzeb podopiecznego w zakresie wykonywania czasu wolnego.	ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński
	17:00-17:10	PRZERWA	
	17:10-18:40	Utrzymywanie czystości w otoczeniu podopiecznego. Zaspokajanie potrzeby odżywiania. Wykonywanie pomiarów podstawowych parametrów życiowych. Zapobieganie odleżynom i innym powikłaniom u osób leżących. Rozpoznawanie potrzeb podopiecznego w zakresie wykonywania czasu wolnego.	ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński
10.06.2026	15:15-17:30	Podstawowe zasady pierwszej pomocy przedmedycznej w stanach zagrożenia życia i zdrowia. Ocena podstawowych parametrów życia ABC. Ułożenie w pozycji przeciwstawnej i bocznej ustalonej. Resuscytacja krążeniowo-oddechowa bezprzyrządowa. Identyfikacja i zaopatrzenie urazów zagrażających życiu.	ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński
	17:30-17:40	PRZERWA	
	17:40-19:55	Podstawowe zasady pierwszej pomocy przedmedycznej w stanach zagrożenia życia i zdrowia. Ocena podstawowych parametrów życia ABC. Ułożenie w pozycji przeciwstawnej i bocznej ustalonej. Resuscytacja krążeniowo-oddechowa bezprzyrządowa. Identyfikacja i zaopatrzenie urazów zagrażających życiu.	ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński
11.06.2026	15:00-15:45	Definicja i klasyfikacja ran. Sposoby powstawania ran, etapy ich rozwoju. Fizjologia procesu gojenia.	ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński
	15:45-16:30	Rodzajów ran (odleżyny, owrzodzenia podudzi, choroba cukrzycowa, owrzodzenia nowotworowe. Rana zakażona. Biofilm w ranie.	ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński
	16:30-17:15	Czynniki opóźniające gojenie, elementy wpływające na szybkość gojenia. Jak przyspieszyć gojenie rany - podstawowe błędy w postępowaniu z ranami.	ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński
	17:15-17:25	PRZERWA	
	17:25-18:10	Grupy opatrunków, sprzęt zastosowany w leczeniu.	ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński
	18:10-18:55	Elementy wspomagające i zapobiegające nawrotom dolegliwości.	ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński
	18:55-19:40	Omówienie oraz zastosowanie różnych grup opatrunków	ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński



Fundusze Europejskie  
dla Warmii i Mazur

Dofinansowane przez  
Unię Europejską

