

TEČAJ PRVE POMOČI ZA PLANINCE

**10.5. in 17.5.2023 ob 17h
V PREDAVALNICI RKS-OZ ŠKOFJA LOKA**

PREDAVANJE IN PRAKTIČNE VAJE

- Načrt nujnega ukrepanja in ravnanja ob prihodu helikopterja
- Temeljni postopki oživljanja
 - Nujna bolezenska stanja
- Krvavitve, rane, poškodbe kosti in sklepov, izbitje zoba
 - Poškodbe zaradi mraza
 - Panični napad, ugriz kače
- Vsebina prve pomoči v nahrbtniku



Območno združenje Škofja Loka

TEČAJ PRVE POMOČI ZA PLANINCE

10.5. in 17.5.2023 v predavalnici RKS-OZ Škofja Loka na Kidričevi cesti 1 v Škofji Loki (Dom ZB).

Gorništvo je zelo priljubljen način preživljanja prostega časa, še zlasti v poletnih mesecih, ko je tudi največ nesreč zaradi padcev, zdrsov in nenadnih obolenj. Zato vse ljubitelje gora vabimo **na prilagojene in poglobljene tečaje prve pomoči**.

S pravilnim nudenjem prve pomoči lahko preprečimo poslabšanje stanja, prizadetosti ali celo smrt poškodovanca.

Nujno je, da obnavljamo svoje znanje iz prve pomoči, nikoli ne vemo kdaj in za koga bomo to znanje nujno potrebovali.

Tečaj bo vodil doc. dr. Damjan Slabe, alpinist, psihoterapevt in predavatelj prve pomoči z opravljeno licenco RKS.

Cena tečaja je 24,97 € in vključuje uporabo sodobnih didaktičnih orodij, pripomočkov in sanitetnega materiala. Izpelje se ga v 2 dneh, vsak dan po 3 šolske ure. Obvezna je prijava na tečaj na ozrk_skloka@t-2.net ali na 041 709 975.

Gorništvo blagodejno deluje na telo in duha: sprošča posameznika, bogati njegov čustveni svet in krepi organizem. Pomeni pa lahko tudi tveganje za poškodbe. Za preprečitev nesreč sta pomembni izobraževanje in preventiva. Znanje prve pomoči pridobimo v sklopu vozniškega dovoljenja, enkrat in gre z leti v pozabo.