



ZDOBĄDŹ WIEDZĘ W 21,5 GODZINY!
TYLKO 3 SPOTKANIA, KTÓRE MOGĄ URATOWAĆ ŻYCIE
„Twoje bezpieczeństwo zaczyna się od wiedzy”
„Reaguj – pomagaj – bądź gotowy”

▣ WARSZTATY PRAKTYCZNE

Bezpieczeństwo cywilne, pierwsza pomoc i sytuacje kryzysowe

Realizowane w ramach projektu „LOWE CHRZANÓW”

Zapraszamy na praktyczne warsztaty, podczas których nauczysz się, jak zachować się w sytuacjach zagrożenia i jak skutecznie pomagać innym.

CZEGO SIĘ NAUCZYSZ?

- **Pierwsza pomoc** – ratowanie życia i wzywanie służb.
- **Blackout, zagrożenia i awarie** – jak przygotować dom i rodzinę.
- **Ewakuacja** – zasady sprawnego działania.
- **Odporność na stres** – jak nie panikować pod presją.

NAUKA PRZEZ DZIAŁANIE:

- Ćwiczenia z profesjonalnym sprzętem
- Symulacje realnych zagrożeń
- Scenariusze „z życia wzięte”

DLA KOGO?

Mieszkańcy powiatu, dorośli, seniorzy, wszyscy zainteresowani bezpieczeństwem. Nie wymagamy wcześniejszego doświadczenia!

--- HARMONOGRAM WARSZTATÓW ---

Grupa I / Grupa II:

18.04.26 / 19.04.26 – 8:00-13:45 - Podstawy i założenia ochrony ludności i obrony cywilnej w Polsce

23.05.26 / 24.05.26 – 8:00-14:10 - Indywidualne przygotowanie do ewakuacji i przetrwania w warunkach długotrwałego zagrożenia

28.06.26 / 27.06.26 – 8:00-13:45 - Praktyczne aspekty udzielania pierwszej pomocy w sytuacjach zagrożenia

▣ NIE ZWLEKAJ – ZAPISZ SIĘ TERAZ!

PCKU Chrzanów ul . Focha3, tel. [32 624 00 18](tel:326240018)