



# AJ VÁŠHO KOLEGU MÔŽE V PRÁCI PORAZIŤ

MANUÁL KRAJINY ZÁCHRANCOV  
PRE ZAMESTNÁVATEĽOV

# NEBEZPEČENSTVO NEČAKÁ, NEBEZPEČENSTVO ČÍHA

Dlhé hodiny v zamestnaní so sebou nenesú len stres, námahu a vyčerpanie, ale tiež riziko pracovných úrazov. Zabehnutá žuvačka alebo pád zo stoličky nemusia byť len kurióznymi udalosťami oživujúcimi bežný pracovný deň. Takéto udalosti môžu viesť k vážnym úrazom alebo trvalým následkom. Až 75 % úrazov sa stáva v prítomnosti blízkych osôb – rodiny, kamarátov či kolegov. Práve preto sme sa rozhodli priniesť kurzy prvej pomoci Krajiny záchrancov aj zamestnávateľom.

Naučte svojich kolegov poskytovať prvú pomoc. Jednoducho, rýchlo a zábavne cez Krajinu záchrancov.



**Aj vaši zamestnanci môžu zachraňovať životy. Naučte ich správne poskytovať prvú pomoc.**

Doc. MUDr. Viliam Dobiáš, PhD.  
prezident Slovenského Červeného kríža  
a odborný garant Krajiny záchrancov

## PRVÁ POMOC JE NAJLEPŠÍ TEAMBUILDING

Nič nespojí váš tím lepšie ako zachránený život. Byť pripravený na život ohrožujúce situácie nebolo nikdy ľahšie. E-learning Krajiny záchrancov dá vašim zamestnancom nevyhnutné teoretické základy a vďaka praktickému nácviku si osvoja správne postupy záchranu života alebo ošetrovania zranení.



## OD VÝROBNEJ HALY PO OPEN SPACE

Kurzy prvej pomoci Krajiny záchrancov sú určené pre všetkých bez ohľadu na pracovisko a pozíciu. Správne poskytnúť prvú pomoc je rovnako dôležité pre generálneho riaditeľa ako pre operátora výroby. Nikdy neviete, kedy a ako riziková situácia nastane – či už na pracovisku, alebo doma. Ukážte svojim zamestnancom, že vám záleží na ich zdraví a zdraví ich blízkych.



## PRVÁ POMOC MÔŽE BYŤ ZÁBAVOU

Krajina záchrancov je vhodnou aktivitou na Dni zdravia, teambuildingy alebo firemné hry. Usporiadajte si súťaž o najlepšie umelé dýchanie alebo najrýchlejšie vykonaný Heimlichov manéver. Naši profesionálni inštruktori sa s vami podelia aj o zaujímavé príbehy z ich záchranskej praxe.



## Ohrození sú aj vaši zamestnanci

Za rok 2013 zaregistroval Národný inšpektorát práce **8 283 pracovných úrazov** z toho **156 s ťažkou ujmovou** na zdraví a **53 s následkom smrti**.\*

Práve nešťastné udalosti na pracovisku spôsobujú zamestnávateľom starosti. Tie sa ešte zhoršujú, ak má úraz či nehoda následky, ktorých dôsledkom vzniká práceneschopnosť či odchod zamestnanca z pracovného pomeru.



„Ak tento projekt nenakopne ľudí naučiť sa prvú pomoc, potom sú Slováci odkázaní na vymretie.“

Doc. MUDr. Viliam Dobiáš, PhD.

# AKO TO FUNGUJE

Krajina záchrancov **od základu zmenila spôsob**, akým sa na Slovensku učí prvá pomoc.



## E-learning

Základom je interaktívny program na stránke [www.prvapomoc.sk](http://www.prvapomoc.sk), ktorý prevedie vašich zamestnancov **teoretickou prípravou** prvej pomoci. Absolvovanie e-learningového kurzu zaberie približne 90 minút, pričom sa dá spraviť **po častiach a z pohodlia domova**. Na konci je pripravený krátky test znalostí. Po jeho zvládnutí získá zamestnanec certifikát, ktorý ho oprávňuje na absolvovanie skráteného praktického školenia prvej pomoci.



## Praktické školenie

Lektori zo **Slovenského Červeného kríža** a spoločnosti **Falck** preškolia vašich zamestnancov z praktických zručností prvej pomoci **priamo vo vašej spoločnosti**. V prípade, že vaši zamestnanci budú držiteľmi certifikátu Krajiny záchrancov, kurz môže prebehnúť v **skrátenej forme**, bez teoretického úvodu.



## Mobilná aplikácia

Aby mali vaši zamestnanci všetky informácie o prvej pomoci **vždy poruke**, máme pre vás mobilnú aplikáciu Prvá pomoc, ktorá vám **pripomenie základné postupy**. Je dostupná pre systémy **Android** a **iOS**.

## BENEFITY PRE ZAMESTNANCOV

+ Kurz Krajiny záchrancov **platí aj v autoškolách**.

+ E-learning je **zadarmo**. Praktická časť kurzu stojí iba 14,90 eur na osobu.

+ Teóriu sa vaši zamestnanci naučia v pohodlí domova alebo v práci. Ušetria tak **4 hodiny času** v porovnaní s klasickým kurzom.

+ **Budete vedieť zachrániť život.**

## PARTNERI

Generálnym partnerom Krajiny záchrancov je farmaceutická spoločnosť Pfizer. Hlavnými partnermi projektu sú Slovenský Červený kríž, spoločnosť Falck a Kancelária Svetovej zdravotníckej organizácie na Slovensku. Odborným garantom projektu je Doc. MUDr. Viliam Dobiáš, PhD., prezident Slovenského Červeného kríža, dlhoročný záchranár a neúnavný propagátor edukácie laikov v oblasti prvej pomoci.



generálny partner



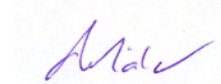
odborný partner



odborný partner



odborný partner



**Doc. MUDr. Viliam Dobiáš, PhD.**  
odborný partner



partner

# KRAJINU ZÁCHRANCOV POZNÁ



Web

**65 000**  
unikátnych  
návštevníkov



E-learning

**5 000**  
študentov  
e-learningu  
↓  
**1 000**  
absolventov



Mobilná aplikácia

**34 000**  
aktívnych  
používateľov



Facebook

**6 000**  
fanúšikov

## VIETE, ŽE ...

Takmer **80 % Slovákov si myslí**, že vie poskytnúť prvú pomoc, ale **len 5 %** ju v krízovej situácii **naozaj poskytne**. Prvá pomoc pred príchodom sanitky je nezastupiteľná a veľakrát rozhoduje o živote alebo smrti človeka. Môže **zabrániť trvalým následkom a skrátiť dobu rekonvalescencie** až o niekoľko mesiacov.

## VÝHODY PRE FIRMY



**Online  
vzdelávanie  
pre každého**

E-learning, mobilná aplikácia a všetky vzory propagačných materiálov (od plagátov až po newsletter) sú dostupné zdarma a pripravené na použitie vo vašej firme.



**Výborná  
teambuildingová  
aktivita**

Praktický nácvik prvej pomoci vedie jednotlivcov k tímovej spolupráci a vzájomnej dôvere.



**Stačí  
jeden  
telefonát**

Na objednanie lektorov praktického kurzu stačí jeden telefonát. Ozvite sa nám.



**DĹŽKA  
KURZU**

2 hodiny e-learningu  
3 - 4 hodiny nácviku

Kurz prvej pomoci Krajiny záchrancov trvá o 4 hodiny kratšie ako štandardný kurz.

# AKO ZAVIEŠŤ KRAJINU ZÁCHRANCOV VO VAŠEJ SPOLOČNOSTI

1

## Dajte vedieť vašim zamestnancom / kolegom

Využite naše podklady na propagáciu Krajiny záchrancov vo vašej spoločnosti. Máme pre vás **hotové komunikáty**, ktoré si stačí prispôbiť.

2

## Sprístupnite náš e-learning

Teoretickú prípravu na kurz prvej pomoci si môžu vyplniť len za **90 minút** z práce, alebo z pohodlia domova. Stačí ho povoliť vo vašej sieti.

3

## Motivujte zamestnancov

Motivujte svojich zamestnancov stať sa občanmi Krajiny záchrancov. Umožnite im absolvovať e-learning a praktický nácvik počas pracovnej doby, odmeňte ich za **aktivitu darčekom**.

4

## Objednajte si praktický nácvik na pracovisku

Dohodnite si kurz prvej pomoci **priamo do vašej spoločnosti**. Kurz povedú skúsení inštruktori Slovenského Červeného kríža alebo spoločnosti Falck.



„Bezpečnosť zamestnancov je prvoradá pre celú skupinu PSA Peugeot Citroën, preto sme sa rozhodli zaviesť Krajinu záchrancov v našej spoločnosti.“

Kamila Oborilová, HR manažérka PSA Peugeot Citroën

# AKO KOMUNIKOVAŤ KRAJINU ZÁCHRANCOV VO VAŠEJ SPOLOČNOSTI?



## Nástenka / Výveska

Stiahnite si plagáty vo formáte A4 a A3.



## Firemný časopis

Texty, ktoré stačí jednoducho skopírovať do vášho firemného časopisu.



## Intranet

Intranet je ideálnym kanálom na zvýšenie povedomia o prvej pomoci vo vašej spoločnosti. Pripravené texty vám pomôžu rozšíriť myšlienky Krajiny záchrancov medzi vašich kolegov.



## E-mail

Pošlite zamestnancom informácie o Krajine záchrancov priamo do ich firemného mailu. Pomôžu vám pripravené vzory interných newsletterov.



## Facebook stránka

Vaša vlastná firemná stránka na Facebooku je vhodným miestom na šírenie myšlienok Krajiny záchrancov medzi kolegov. Môžete použiť naše posty.



## Tímové stretnutia

Presvedčte svojich kolegov o význame prvej pomoci na pracovisku. Zoberte si so sebou naše letáky, ktoré im poskytnú ďalšie informácie o Krajine záchrancov. Alebo ich otestujte zo znalostí prvej pomoci priamo na pracovisku.



# AKO TO MÔŽE VYZERAŤ VO VAŠEJ FIRME

## TÝŽDEŇ 1

**Sprístupnite e-learning** na vašich počítačoch

— Poradí vám vaše IT oddelenie

**Poverte kontaktnú osobu**

— Obetavú kolegyňu z HR alebo iný organizačný talent ;)

**Povedzte to kolegom:** pošlite newsletter a vylepte plagáty v priestoroch vašej firmy

— Máme ich hotové, stačí si ich stiahnuť a prispôbiť

## TÝŽDEŇ 2

**Motivujte ich**

— Zahrňte čas strávený kurzom do pracovného času vašich zamestnancov

## TÝŽDEŇ 3

**Pripomeňte sa**

## TÝŽDEŇ 4

**Objednajte si kurz** prvej pomoci na firemnú akciu

— Kurz s Krajinou záchrancov je výborným spestrením firemného dňa zdravia alebo večierku

## TÝŽDEŇ 5

**Odmeňte kolegov**

— Aby ich nehriali iba nové zručnosti, venujte absolventom kurzu aj drobný darček



“Na kurz prvej pomoci sme prizvali i priateľov a rodinu a doteraz na neho počúvam chválu z každej strany. Bola to jedna z najlepších akcií, akú sme za posledné mesiace zorganizovali v rámci nášho tímu.”

- **Jakub Žilinčan**, Online Account Manager, Google Slovensko



“Krajina záchrancov ponúka úplne nový prístup k rozvoju, motivovaniu či odmeňovaniu zamestnancov. Dávame ľuďom veľa školení, ktorých výsledky si následne berieme späť v pracovnom procese. Krajina záchrancov je dar, ktorý firma odovzdáva zamestnancom, aby mohli pomôcť svojim blízkym, rodine.”

- **PhDr. Janka Sušková**, Vrchná riaditeľka úseku Ľudských zdrojov, VÚB Banka, a.s.

# ČASTÉ OTÁZKY

## Ako dlho trvá absolvovanie e-learningu?

Absolvovanie e-learningu vám zaberie približne 90 minút, pričom ho môžete kedykoľvek prerušiť a pokračovať vtedy, kedy máte čas.

## Aké technické vybavenie potrebujeme na absolvovanie e-learningu?

Na absolvovanie e-learningu potrebujete počítač alebo notebook so stabilným pripojením na internet. Váš internetový prehliadač musí mať zároveň nainštalovaný Flash Player. Kurz nie je možné absolvovať na mobilnom zariadení (smartfón, tablet).

## Potrebujem mať vypnutý firewall?

Záleží od vašej firemnej bezpečnostnej politiky. Ak sa vám nepodarilo dostať na stránku e-learningu a stránka vám nefunguje, kontaktujte vaše IT oddelenie pre udelenie výnimky.

## Koľko stojí absolvovanie jedného kurzu pre jedného zamestnanca?

Štandardná cena kurzu po absolvovaní e-learningu je 14,90 vrátane DPH. Informujte sa o konkrétnych podmienkach pri väčšom počte účastníkov kurzu.

## Koľko zamestnancov môže naraz absolvovať praktický kurz prvej pomoci?

Kurz prvej pomoci môže zároveň absolvovať až 20 zamestnancov. Ak vo vašej firme nedisponujete veľkým spoločným priestorom (zasadačka alebo prednášková miestnosť), odporúčame rozdeliť vašich zamestnancov na menšie skupiny (8 - 10 ľudí).

## Ako dlho trvá absolvovanie praktickej časti kurzu prvej pomoci?

Praktický kurz prvej pomoci je možné absolvovať za 4 hodiny, vrátane dvoch 10 - minútových prestávok na občerstvenie.

## Kto povedie praktické kurzy?

Praktické nácviky vedú profesionálni lektori Slovenského Červeného kríža a spoločnosti Falck.

# OZVITE SA NÁM



Viac informácií poskytnete:

Beáta Móriová  
[firmy@prvapomoc.sk](mailto:firmy@prvapomoc.sk)  
**02/43 42 29 78**

**Objednať kurz**



**Máte fotky a videá z kurzu Krajiny záchrancov?  
Pošlite nám ich!**

