



euskalmendizalefederazioa
FEDERACION VASCA DE MONTAÑA
BASQUE MOUNTAINEERING FEDERATION

MENDIKO LEHEN MAILAKO LAGUNTZEN IKASTAROA KLUBETARAKO

HELBURU OROKORRAK

Mendiko istripuak kudeatzen ikastea, hobetzea eta trebetasunak lantzea.



HELBURU ZEHATZAK

Ikasleak gaitzea, mendian maizen gertatzen diren lesioetan eta istripuetan lehen mailako laguntza emateko.

Ezagutza orokorrak eskaintzea ikasleari, istripuan parte hartuko duten erreskate-talde profesionaleri eraginkortasunez laguntzeko.

Mendiko jardueretan arriskuaren prebentziorako, segurtasunerako eta kudeaketarako ezagutzak eskuratzea.

NORI ZUZENTZEN ZAIO?

Mendiko kirola egiten duten mendizale eta kirolariei, oro har.

Modu berean, ikastaroa aspaldi egin dutenei berriro egitea gomendatzen diegu, birziklatzeko eta ikasitakoa gogoratzeko, kasu askotan, protokoloak eta maniobrak ahaztu egiten baitira.

PROGRAMA

1. eguna, 19:00etan. Aurkezpena.

“Segurtasuna eta arriskuaren kudeaketa mendiko jardueretan” erakusketa eta hitzaldia. Botika-kutxa.

2. eguna.

9:00etan. Praktikaren hasiera.

Lehen mailako laguntzen hastapenak. Laguntza eskatzea. Istripuaren ikuspegia. Lehen uneak. Balioespena. Hasierako azterketa: A,B,C. Oinarrizko BBB. Kanpoko desfibriladore automatikoa (KDA). Funtsak. Bigarren mailako azterketa: ikuskatzea, zauriak, odoljarioak eta traumatismoak. Lantegiak.

14:00etan. Bazkaria.

15:00etan. Kasu praktikoak

Biktimak inmobilizazioa. Ohatila inprobisatuak egitea, mendiko biktimak lekualdatzea.

Erreskatea antolatzea: oinarrizko kontzeptuak. Erreskate-lanetan laguntzea. Talde profesionalekin koordinatzea eta jardutea. Oinarrizko arauak helikopteroen esku-hartzeetan.

20:00etan. Itxiera.

IRAUPENA ETA EREDUZKO EGITURA

12 ordu 2 egunetan. Ordutegia:

Ostirala: 18:30etik 21:00etara

Larunbata: 09:00etatik 14:00etara, eta 15:00etatik 20:00etara

*formatua alda daiteke, klubaren arabera egokitzeko.

PREZIOA

Dohanik

Subenzionatua

LEKUA

Klubaren egoitzan egingo da.

TOKIAK

Gutxienez: 12 ikasle

PRESTATZAILEAK

EMFren osasun-aholkularitzako eta segurtasun-arloko medikuak eta teknikariak, hurrenez hurren.

APUNTATZEKO

Harremanetan jartzea, segurtasuna@emf-fvm.com