

Warszawa, 29 maja 2020 r.

## PROGRAM WARSZTATÓW SZKOLENIOWYCH

### **„Być koordynatorem ratownictwa medycznego w czasie pandemii– psychologiczno – medyczne aspekty związane z wystąpieniem COVID 19.”**

Warsztat dla Koordynatorów Miejskich/Powiatowych PSP woj. mazowieckiego  
w ramach akcji psychologów PSP „Zadbaj o siebie i swoich bliskich w czasie i po pandemii”

Od 20 marca 2020 r. do odwołania, w Polsce obowiązuje stan epidemii. Już blisko 3 miesiące Światowa Organizacja Zdrowia i organy ds. zdrowia publicznego działają na rzecz powstrzymania COVID-19. Podejmując działania profilaktyczne i interwencyjne należy pamiętać, że pandemia niesie ze sobą nie tylko konsekwencje dla zdrowia i życia ludzi, ale także może poważnie wpłynąć na ich zdrowie psychiczne i funkcjonowanie społeczne.

Praca strażaka zawsze wiązała się z koniecznością działania pod presją, w trudnych warunkach, w silnym stresie, często z ekspozycją na sytuacje traumatyczne - związane z zagrożeniem życia i zdrowia. Wyjątkowość obecnej sytuacji polega na tym, że zagrożenie ma charakter globalny i dotyczy wszystkich, całego społeczeństwa - również ratowników i ich rodzin. Nie mamy doświadczenia, ani procedur na tego typu okoliczności. Jako społeczeństwo, a także jako służba nie mogliśmy przygotować się na działanie i skutki pandemii. Do tej pory nie zdarzała się u nas nawet podobna sytuacja.

Dla służb ratowniczych, a zwłaszcza dla służb medycznych, czas pandemii to czas mobilizacji dużej energii do działania, co z jednej strony daje poczucie sprawstwa i odsuwa trudne emocje, z drugiej zaś może doprowadzić do szybkiego wyczerpania. Epidemiolodzy przewidują, że mobilizacja sił będzie potrzebna jeszcze przez wiele tygodni. Proponowane warsztaty szkoleniowe obejmują cykl spotkań psychoedukacyjnych w ramach akcji psychologów PSP „Zadbaj o siebie i swoich bliskich w czasie i po pandemii”

Planowane warsztaty szkoleniowe będą prowadzone on-line, na platformie ZOOM. Uczestnicy zobowiązani są zadbać o odpowiedni sprzęt (komputer, słuchawki, mikrofon, kamera).

#### 1. Celem warsztatów szkoleniowych jest:

- Wymiana doświadczeń koordynatorów medycznych, nt. sytuacji trudnych (osobistych, prywatnych, społecznych i zawodowych), a związanych z realizacją zadań służbowych w czasie i po pandemii.
- Omówienie wpływu obecnej sytuacji kryzysowej na funkcjonowanie jednostki, grupy i instytucji.
- Dyskusja problemów z jakimi mogą zmagać się koordynatorzy medyczni obecnie i po pandemii.

- Wskazanie skutecznych sposobów radzenia sobie z długotrwałym stresem.
- Prezentacja oferty wsparcia i pomocy psychologicznej realizowanej przez psychologów PSP oraz przez podmioty zewnętrzne.
- Określenie roli koordynatorów medycznych w profilaktyce zdrowia, w tym zdrowia psychicznego strażaków JRG PSP.
- Diagnoza potrzeb i oczekiwań szkoleniowych.

2. Czas realizacji warsztatów:

Grupa 1: 01.07.2020r. godz. 9:30- 12:00.

Grupa 2: 03.07.2020r. godz. 9:30-12:00.

Grupa 3: 06.07.2020r. godz. 9:30- 12:00.

Podział na grupy w załączeniu Nr. 1.

3. Miejsce realizacji warsztatów:

On-line. W załączeniu instrukcja łączenia się z aplikacją ZOOM.

4. Adresaci warsztatów:

Koordynatorzy Miejscy/Powiatowi ratownictwa medycznego PSP woj. mazowieckiego

5. Plan warsztatów:

GODZINY ZAJĘĆ	TEMATY ZAJĘĆ	PROWADZĄCY
9:30 - 9:40	Rozpoczęcie warsztatów.	st. bryg. Tomasz Król Naczelnik Ośrodka Szkolenia KW PSP w Warszawie
9:40 -10:25	Potrzeby i oczekiwania uczestników warsztatów szkoleniowych.	st. kpt. Anna Kubicka psycholog mazowieckiej komendy wojewódzkiej PSP  mgr Katarzyna Szubińska – Denicka specjalista ratownictwa medycznego mazowieckiej komendy wojewódzkiej PSP
	Od stresu do kryzysu - wpływ czasu pandemii na funkcjonowanie jednostki, grupy i instytucji.	
10:25- 11:15	Sytuacje trudne w pracy miejskiego/powiatowego koordynatora medycznego PSP	
11:15-11:30	Rozpoznanie i identyfikacja obszarów tematycznych szkoleń dla koordynatorów medycznych PSP w czasie i po pandemii.	
11:30-11:35	Podsumowanie i zakończenie warsztatów.	
11:35-12:00	Konsultacje indywidualne.	

6. Osoba do kontaktu:

st. kpt. Anna Kubicka: tel.: 783 934 809, e-mail: [akubicka@mazowsze.straz.pl](mailto:akubicka@mazowsze.straz.pl)

mgr Katarzyna Szubińska.: tel.: 608 117 005, e-mail: [kszubinska@mazowsze.straz.pl](mailto:kszubinska@mazowsze.straz.pl)

## Podział na grupy: „Być koordynatorem medycznym w czasie pandemii- wyzwania i potrzeby”

<b>GRUPA 1</b>
<b>KP PSP Żuromin</b>
<b>KP PSP Mława</b>
<b>KP PSP Sierpc</b>
<b>KP PSP Ciechanów</b>
<b>KM PSP Płock</b>
<b>KP PSP Płońsk</b>
<b>KP PSP Gostynin</b>
<b>KP PSP Sochaczew</b>
<b>KP PSP Nowy Dwór Mazowiecki</b>
<b>KP PSP Warszawa Zachód</b>
<b>KP PSP Grodzisk Mazowiecki</b>
<b>KP PSP Żyrardów</b>

<b>GRUPA 2</b>
<b>KP PSP Przasnysz</b>
<b>KM PSP Ostrołęka</b>
<b>KP PSP Maków Mazowiecki</b>
<b>KP PSP Ostrów Mazowiecki</b>
<b>KP PSP Wyszaków</b>
<b>KP PSP Pułtusk</b>
<b>KP PSP Legionowo</b>
<b>KP PSP Wołomin</b>
<b>KP PSP Węgrów</b>
<b>KP PSP Sokołów Podlaski</b>
<b>KP PSP Mińsk Mazowiecki</b>
<b>KM PSP Siedlce</b>
<b>KP PSP Łosice</b>

<b>GRUPA 3</b>
<b>KP PSP Lipsko</b>
<b>KP PSP Szydłowiec</b>
<b>KP PSP Przysucha</b>
<b>KM PSP Radom</b>
<b>KP PSP Zwoleń</b>
<b>KP PSP Kozenice</b>
<b>KP PSP Białobrzegi</b>
<b>KP PSP Garwolin</b>
<b>KP PSP Grójec</b>
<b>KP PSP Piaseczno</b>
<b>KP PSP Otwock</b>
<b>KP PSP Pruszków</b>
<b>KM PSP Warszawa</b>