**ПРОГРАММА КУРСА ОБУЧЕНИЯ ПО ПОДГОТОВКЕ К ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЮ И НЕОБХОДИМЫМ НАВЫКАМ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПРИ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИИ**

Программа – 6 часов

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **Время** |
| **1.** | Вступление: знакомство, план и требования к тренингу | 10 мин. |
| **2.** | Движение Красного Креста и Красного Полумесяца, Национальное Общество Красного Полумесяца КР. | 15 мин |
| **3.** | Что мы знаем о землетрясении:- Границы тектонических плит;- Сейсмология и прогнозирование землетрясений;- Важность подготовки к землетрясениям в нашем регионе. | 40 мин |
| **4.** | Как подготовиться к землетрясению?- Семейный План;- Сделай свой дом безопасным;- «Тревожный чемоданчик» и что в него входит. | 40 мин |
| **5.** | Что ожидать после землетрясения?- Эвакуация | 10 мин |
| **6.** | Что делать/не делать во время землетрясения?- Как вести себя в помещении?- Как вести себя на улице? | 30 мин |
| **7.** | Вопросы/ответы | 15 мин |
| **Первая помощь** |
| **8.** | Протокол БОП. Первичный осмотр пострадавшего. | 30 мин |
| **9.** | Восстановительное положение | 35 мин |
| **10.** | Кровотечения. Шок. | 40 мин |
| **11.** | Синдром длительного сдавливания | 10 мин |
| **12.** | Травмы опорно-двигательного аппарата | 40 мин |
| **13.** | Воздействие тепла и холода | 20 мин |
| **14.** | Психосоциальная помощь | 15 мин |