

Catàleg d'activitats formatives

Centre de formació
de Creu Roja a Tarragona



Cada vegada més a prop de les persones



Catàleg d'activitats formatives

Presentem el catàleg d'activitats formatives del Centre de Formació de Creu Roja a la província de Tarragona, en els diferents àmbits: socors, lleure, social... Són cursos, tallers i sessions monogràfics d'interès per a empreses, institucions o entitats.

Els cursos, monogràfics, tallers i xerrades els realitzem a partir de materials formatius i amb docents qualificats com a formadors de Creu Roja. Més de 30 anys d'experiència ens avalen. Els cursos s'acrediten amb diplomes i /o certificats de Creu Roja, juntament amb altres acreditacions dels cursos reconeguts per altres institucions.

Tots els cursos del present catàleg es poden realitzar en un indret a convenir: des de la seu de l'empresa, fins al local social d'una associació o a les mateixes instal·lacions de Creu Roja, sempre segons disponibilitat. Així mateix, els cursos s'ofereixen durant tot l'any, pendents de pactar unes dates concretes en cada cas. El preu de cada curs variarà depenent del nombre d'hores de les sessions, dels possibles desplaçament dels formadors i del lliurament de material didàctic.

El nostre objectiu és arribar al major nombre de persones i entitats possibles, per això oferim una formació adaptada i personalitzada a cada col·lectiu. No dubteu a posar-vos en contacte amb nosaltres per qualsevol dubte o suggeriment.

Centre de Formació
Creu Roja

Index

Primers auxilis a la llar		- 5 -
Primers auxilis bàsics		- 6 -
Primers auxilis en nadons i nens		- 7 -
Primers auxilis en gent gran		- 8 -
Primers auxilis en la natura		- 9 -
Primers auxilis a l'esport		- 10 -
Primers auxilis a l'àmbit laboral		- 11 -
Prevenió d'accidents de trànsit i primers auxilis.		- 12 -
Atenció sanitària immediata nivell I.		- 13 -
Atenció sanitària immediata nivell II.		- 14 -
Reciclatge atenció sanitària immediata nivell II.		- 15 -
Suport Vital Bàsic i Desfibril.lador Extern Automàtic (DEA).		- 16 -
Reciclatge DEA		- 17 -
Taller immobilitzacions i mobilitzacions.		- 18 -
Consells de nutrició: Guia per seguir una dieta equilibrada		- 19 -
Comunicació i tècniques d'estimulació amb el malalt d'Alzheimer.		- 20 -
Formació bàsica per a cuidadors/es no professionals.		- 21 -
Formació específica en gent gran per a cuidadors/es no professionals.		- 22 -
Llengua de signes I		- 23 -
Gestió de conflictes		- 24 -
Entrenament de la memòria		- 25 -
Tècniques de relaxació		- 26 -
Recursos per activar la ment a la gent gran.		- 27 -
Habilitats socials, competències personals i coneixement de l'entorn.		- 28 -

Index

La nostra historia	- 29 -
Monitor/a de menjador	- 30 -
Manipulador/a d'aliments	- 31 -
Monitor/a d'activitats d'educació en el lleure infantil i juvenil.	- 32 -
Com cuidar persones enllitades i alhora tenir cura del nostre cos.	- 33 -
Hemisferi dret i hemisferi esquerre	- 34 -
On ens podeu trobar?	- 36 -

Primers auxilis a la llar

Curs en el qual s'aborden d'una forma senzilla els continguts més essencials sobre Primers Auxilis destinats a l'atenció de situacions crítiques que es poden originar a la llar.



Fitxa del curs

Requisits:
Tenir 16 anys

Durada:
8 hores

Objectius

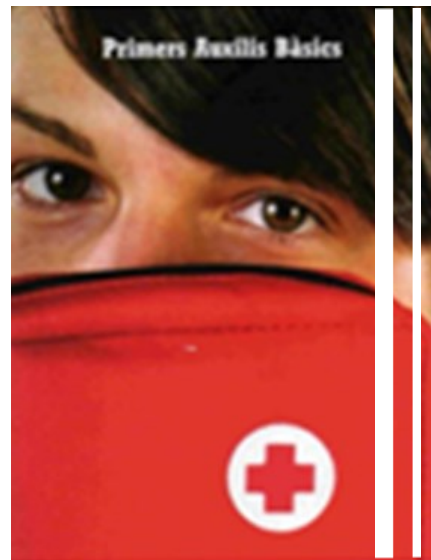
Aprendre a prevenir accidents.
Aplicar procediments i tècniques més adequades en autoprotecció i suport als primers auxilis.
Identificar i resoldre situacions d'urgència vital.

Temari

- Cadena de supervivència universal.
- Pautes d'actuació davant una situació d'emergència: Conducta PAS.
- Suport Vital Bàsic.
- Posició lateral de seguretat.
- Avaluació inicial.
- Obstrucció de via aèria per cos estrany.
- Hemorràgies, ferides, cremades.
- Traumatismes.
- Mossegades d'animals domèstics.
- Urgències mèdiques.
- Intoxicacions.
- La farmaciola.
- Prevenció: conducta AVA.

Primers auxilis bàsics

Aquest curs proporciona a la població en general, i als primers actuants en particular, els coneixements més elementals per poder oferir una ajuda eficaç a les persones que es troben en una situació d'emergència, ja sigui per accident o malaltia, per poder afrontar aquells decisius primers minuts amb la màxima seguretat.



Fitxa del curs

Requisits:
Tenir 16 anys

Durada:
8 hores

Objectius

Aprendre a prevenir accidents.
Aplicar procediments i tècniques més adequades en autoprotecció i suport als primers auxilis.
Identificar i resoldre situacions d'urgència vital.

Temari

- Cadena de supervivència universal.
- Pautes d'actuació davant una situació d'emergència: Conducta PAS.
- Suport Vital Bàsic.
- Posició lateral de seguretat.
- Avaluació inicial.
- Obstrucció de via aèria per cos estrany.
- Hemorràgies, Ferides, Cremades.
- Traumatismes.
- Mossegades d'animals domèstics.
- Urgències mèdiques.
- Intoxicacions.
- La farmaciola.
- Prevenció: conducta AVA.

Primers auxilis en nadons i infants

La presència de nens malalts o víctimes d'accidents en l'entorn extra hospitalari sol produir angoixa a les persones que els envolten o que es veuen involucrades en ells.

Amb aquest curs es vol donar a la població en general, i als primers actuants en particular, els coneixements més elementals per poder oferir una ajuda eficaç als lactants i nens que han sofert una situació d'emergència sigui per accident o malaltia. D'aquesta manera, podran afrontar aquells decisius primers minuts amb la màxima seguretat.



Fitxa del curs

Requisits:
Tenir 16 anys

Durada:
8 hores

Objectius

Aprendre a prevenir accidents.
Aplicar procediments i tècniques més adequades en autoprotecció i suport als primers auxilis.
Identificar i resoldre situacions d'urgència vital.

Temari

- Característiques especials en l'atenció als nens.
- Pautes general d'actuació davant una situació d'emergència.
- Suport Vital Bàsic en pediàtria.
- Triangle d'avaluació pediàtrica.
- Explocació secundària.
- Obstrucció de via aèria per cos estrany en pediàtria.
- Hemorràgies, ferides i cremades.
- Traumatismes.
- Mossegades i picades d'animals.
- Urgències pediàtriques freqüents.
- Intoxicacions.
- La farmaciola.
- Prevenció d'accidents.

Primers auxilis per a gent

Aquesta fase del desenvolupament de la vida, en quant a termes de salut, es caracteritza per la progressiva disminució i deteriorament de les forces psicofísiques.

L'objectiu principal d'aquest curs és proporcionar a la població en general i als primers actuant en particular, els coneixements més elementals per poder oferir una ajuda eficaç a les persones de la tercera edat que han sofert una situació d'emergència tenint en compte els canvis físics i psíquics que es poden anar produint en la vellesa, o agreujats per aquesta.



Fitxa del curs

Requisits:
Tenir 16 anys

Durada:
8 hores

Objectius

Aprendre a prevenir accidents.
Aplicar procediments i tècniques més adequades en autoprotecció i suport als primers auxilis.
Identificar i resoldre situacions d'urgència vital.

Temari

- Particularitats de la gent gran.
- Cadena de supervivència universal.
- Pautes d'actuació davant una situació d'emergència: Conducta PAS.
- Suport Vital Bàsic. Algoritme universal, adequació per gent gran. Seqüència d'actuació. PLS.
- Exploració secundària.
- Obstrucció de via aèria per cos estrany.
- Hemorràgies, ferides i cremades.
- Traumatismes.
- Urgències mèdiques: vòmits i diarrea, febre, dificultat respiratòria, vertigen, alteracions de la consciència, patologia cardiovascular.
- Intoxicacions. La farmaciola.
- Prevenció d'accidents.

Primers auxilis a la natura

Curs en el qual s'expliquen els continguts més essencials sobre els primers auxilis destinats a situacions crítiques que es poden generar en el medi natural.

L'objectiu principal d'aquest curs és proporcionar a la població en general i als primers actuants en particular, els coneixements i les habilitats bàsiques per poder respondre davant d'aquelles situacions d'emergència pròpies del medi natural.



Fitxa del curs

Requisits:
Tenir 16 anys

Durada:
8 hores

Objectius

Aprendre a prevenir accidents.
Aplicar procediments i tècniques més adequades en autoprotecció i suport als primers auxilis.
Identificar i resoldre situacions d'urgència vital.

Temari

- Pautes d'actuació davant una situació d'emergència: Conducta PAS.
- Suport Vital Bàsic.
- Posició lateral de seguretat.
- Avaluació inicial.
- Obstrucció de via aèria per cos estrany.
- Hemorràgies, ferides i cremades.
- Traumatismes.
- Mossegades i picades d'animals.
- Urgències mèdiques.
- Intoxicacions.
- La farmaciola.
- Prevenció d'accidents.

Primers auxilis a l'esport

Són moltes les situacions que en el dia a dia poden comportar risc d'accident o malaltia durant la realització d'activitats esportives o activitats que requereixin esforços físics. Conèixer les possibles situacions de risc, per així prevenir-les amb garanties, és una bona opció, però no suficient; saber identificar la situació i actuar de forma ràpida i segura ofereix majors possibilitats de recuperació.

Al llarg d'aquest curs es treballen situacions d'urgència que podem presenciar durant la realització d'activitats esportives amb l'objectiu d'identificar correctament els signes i símptomes, conèixer la gravetat de la situació i l'actuació més correcta.



Fitxa del curs

Requisits:
Tenir 16 anys

Durada:
8 hores

Objectius

Conèixer les mesures oportunes per a la prevenció de riscos i accidents durant la realització d'esports i exercici físic.

Aplicar procediments i les tècniques més adequades en autoprotecció i suport a l'assistència sanitària.

Saber identificar i resoldre situacions d'urgència vital.

Temari

- Cadena de supervivència universal.
- Pautes d'actuació davant una situació d'emergència: Conducta PAS.
- Suport Vital Bàsic. Algoritme universal. Seqüència d'actuació.
- Posició lateral de seguretat.
- Exploració secundària.
- Obstrucció de via aèria per cos estrany.
- Hemorràgies, ferides, cremades.
- Traumatismes.
- Mossegades i picades d'animals.
- Urgències per alteració de la termoregulació.
- Intoxicacions.
- La farmaciola.
- Prevenció d'accidents.

Primers auxilis a l'àmbit laboral

Al llarg del dia estem exposats una bona part del temps a accidents o situacions de risc laboral, encara que afortunadament, si apareixen, solen ser de caràcter lleu, però podrien evitar-se o minimitzar-se amb uns coneixements bàsics en prevenció d'accidents i primers auxilis. En aquestes situacions pren molta importància el preveure el perill i imaginar les conseqüències per tal de prendre mesures preventives i implicar el major nombre de persones possibles per aconseguir una protecció eficaç per a tots.



Fitxa del curs

Requisits:
Tenir 16 anys

Durada:
8 hores

Objectius

Aprofundir en el concepte de prevenció en matèria laboral.

Conèixer els accidents més habituals en l'àmbit laboral.

Saber aplicar les tècniques bàsiques de primers auxilis.

Temari

- Introducció: l'acció preventiva i el seguiment dels accidents:
 - Accidents laborals.
 - Malaltia professional.
- Accidents més habituals segons el sector.
 - Conducta PAS.
 - Manipulació de víctimes inconscients.
 - Reanimació cardiopulmonar.
 - Obstrucció de la via aèria.
 - Hemorràgies, ferides, cremades.
 - Altres situacions d'urgència.
- Salut laboral:
 - Higiene laboral.
 - Seguretat laboral.
 - Ergonomia.
 - Psicosociologia.
- Avaluació de riscos.
- La farmaciola.

Prevenció d'accidents de trànsit i primers auxilis

Curs enfocat a desenvolupar hàbits de convivència a les vies públiques i de respecte a les normes que incideixin en la seguretat vial i, al mateix temps, s'aborden d'una forma senzilla i pràctica els continguts bàsics sobre primers auxilis, facilitant les habilitats necessàries per poder fer front d'una manera afecta i segura a les diverses situacions d'emergència que es poden trobar en un accident.



Fitxa del curs

Requisits:
Tenir 16 anys

Durada:
8 hores

Objectius

- Conèixer els aspectes bàsics per a la convivència i seguretat vial.
- Modificar actituds davant la prevenció de riscos i intervenció en accidents de trànsit.
- Conèixer els fonaments bàsics dels primers auxilis.
- Aprendre procediments i tècniques adequades en autoprotecció i suport als primers auxilis.
- Identificar o resoldre situacions d'urgència vital.
- Saber aplicar les tècniques de RCP.
- Saber mobilitzar correctament una persona ferida.

Temari

- Causes i tipus d'accidents més freqüents.
- Aspectes generals que incideixen en la prevenció d'accidents.
- L'escenari i les víctimes dels accidents de trànsit.
- Factors físics i psicològics que afecten a la conducció.
- Aspectes psicosocials conseqüència dels accidents de trànsit.
- Lesions més freqüents en els accidents de trànsit.
- Socorrista: aspectes generals.

Atenció sanitària immediata nivell I

Els coneixements de socorrisme ens ajuden a actuar davant de qualsevol accident, sigui més o menys greu, amb eficàcia i rapidesa.

Aquest curs esta configurat per adquirir els elements necessaris per capacitar primers actuants en la resolució de situacions d'emergència i problemes de salut que sens plantegen a la nostra vida diària.



Fitxa del curs

Requisits:
Tenir 16 anys

Durada:
40 hores

Objectius

Conèixer i saber aplicar els protocols d'actuació.

Conèixer les mesures de prevenció.

Saber identificar i resoldre situacions d'urgència vital.

Temari

- Socorrisme i salut.
- Exploració de la víctima.
- Suport Vital Bàsic.
- Obstrucció de via aèria per cos estrany.
- Hemorràgies i xoc.
- Alteracions de la consciència.
- Ferides, cremades i traumatismes.
- Mossegades i picades d'animals.
- Urgències per alteració de la termoregulació.
- Intoxicacions.
- La farmaciola.
- Asèpsia i desinfecció.
- Lesions als ulls, orella i nas.
- Anafilaxi, al·lèrgies.
- Trastorns per consum de drogues.

Atenció sanitària immediata nivell II

Els coneixements de socorrisme ens ajuden a actuar davant de qualsevol accident, sigui més o menys greu, amb eficàcia i rapidesa. En aquest curs es fa un anàlisi complet de les diferents situacions de prevenció de perill i es donen pautes d'actuació i ensenyament bàsic en l'assistència sanitària immediata.

Orientat a primers actuants per donar resposta amb eficàcia a les situacions d'emergència que se'ns planteja a la vida diària.



Fitxa del curs

Requisits:

Tenir 16 anys

Durada:

50 hores

* És aconsellable reciclar aquest curs cada 4 anys.

Objectius

Conèixer i saber aplicar els protocols d'actuació.

Conèixer les mesures de prevenció.

Saber identificar i resoldre situacions d'urgència vital.

Temari

- Socorrisme i salut.
- Exploració de la víctima.
- Suport Vital Bàsic.
- Obstrucció de via aèria per cos estrany.
- Hemorràgies i xoc.
- Alteracions de la consciència.
- Ferides, cremades i intoxicacions.
- Traumatismes als teixits tous, al tòrax, abdomen i les extremitats.
- Traumatisme cranioencefàlic i columna.
- Urgències ginecològiques i pediàtriques.
- Lesions als ulls, orella i nas.
- Anafilaxi, al·lèrgies.
- Trastorns per consum de drogues.

Reciclatge atenció sanitària immediata nivell II

Aquest curs ofereix els coneixements i habilitats actualitzats respecte l'atenció sanitària immediata.



Fitxa del curs

Requisits:

Tenir 16 anys

Durada:

10 hores

* És aconsellable reciclar aquest curs cada 4 anys.



Objectius

Reafirmar i actualitzar els coneixements i habilitats adquirides durant el curs d'Atenció Sanitària Immediata I ó II.

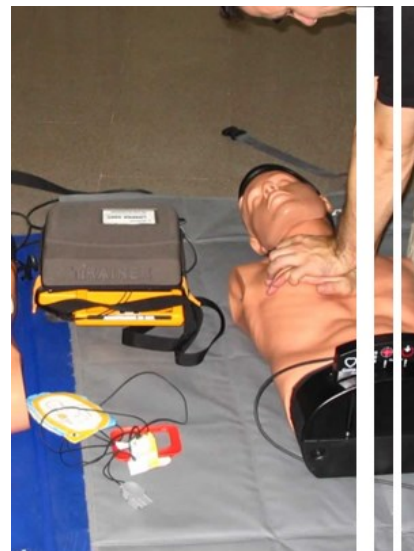


Temari

- Socorrisme i salut.
- Exploració de la víctima.
- Suport Vital Bàsic.
- Obstrucció de via aèria per cos estrany.
- Hemorràgies i xoc.
- Alteracions de la consciència.
- Ferides, cremades i intoxicacions.
- Traumatismes als teixits tous, al tòrax, abdomen i les extremitats.
- Traumatisme cranioencefàlic i columna.
- Urgències ginecològiques i pediàtriques.
- Lesions als ulls, orella i nas.
- Anafilaxi, al·lèrgies.
- Trastorns per consum de drogues.

Suport Vital Bàsic i Desfibril·lador Extern Automàtic (DEA)

De les situacions imprevistes que en la nostra societat comporten riscos vitals destaquen les associades a cardiopaties coronàries. La supervivència de les persones afectades depèn d'un diagnòstic ràpid i un tractament immediat. Els DEA són dispositius mèdics que permeten identificar-les i, per les seves característiques, poden ser utilitzats per personal no mèdic degudament format per usar-los fins a l'arribada de serveis mèdics especialitzats.



Objectius

El Decret 151/2012 regula la utilització dels Desfibril·ladors automàtics i l'obligatorietat del reciclatge cada 3 anys, abans de la data de caducitat.

Saber aplicar el protocols de SVB.
Saber utilitzar l'aparell DEA

Temari

Suport Vital Bàsic

- Causes de l'aturada cardiorespiratòria.
- Importància de la desfibril·lació precoç.
- Serveis mèdics d'emergència.
- Cadena de supervivència.
- Suport vital bàsic.
- SVB instrumentalitzat de la via aèria.
- Simulació de pràctica integrada.

Utilització DEA

- Mort sobtada i significat de la fibril·lació ventricular.
- Desfibril·lador extern automàtic: funcionament i manteniment.
- Algoritme de l'ERC per el DEA.
- Recollida de dades d'un desfibril·lador extern automàtic.
- Simulació de pràctica integrada.

Fitxa del curs

Requisits:

Tenir 18 anys

Durada:

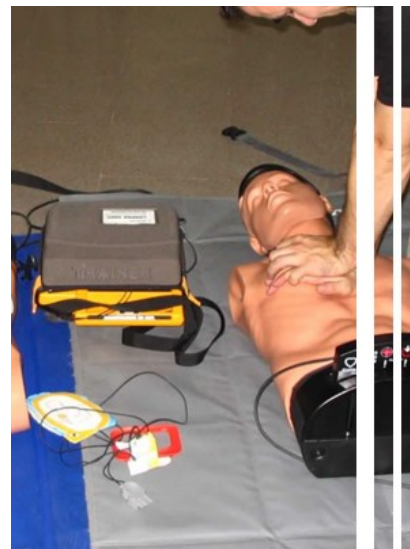
6 hores

* Aquest curs s'ha de reciclar cada 3 anys, amb data anterior a la caducitat de la titulació.

Reciclatge DEA

Aquest curs ofereix els coneixements i habilitats actualitzades respecte al Suport Vital Bàsic i Desfibril·lador Extern Automàtic.

El Decret 151/2012 regula la utilització dels Desfibril·ladors automàtics i l'obligatorietat del reciclatge cada 3 anys, abans de la data de caducitat.



Fitxa del curs

Requisits:
Tenir 18 anys

Durada:
1'5 hores

* Tenir la titulació
DEA no caducada

Objectius

Mantenir les competències necessàries per practicar correctament SVB i DEA en pacients amb aturada cardio-respiratòria que ho requereixin. Atès que aquest manteniment requereix una pràctica continuada, es proposa una activitat de recordatori que permeti mantenir actualitzades les esmentades competències.

Temari

Suport Vital Bàsic

- Cadena de supervivència.
- Suport vital bàsic.
- SVB instrumentalitzat de la via aèria.
- Simulació de pràctica integrada.

Utilització DEA

- Desfibril·lador extern automàtic: funcionament i manteniment.
- Algoritme de l'ERC per el DEA.
- Recollida de dades d'un desfibril·lador extern automàtic.
- Simulació de pràctica integrada.

Taller immobilitzacions i mobilitzacions

Taller on es donen les habilitats per poder realitzar mobilitzacions i immobilitzacions en pacients traumàtics.



Fitxa del curs

Requisits:
Tenir 16 anys

Durada:
8 hores

Objectius

Saber com respondre davant d'una emergència sanitària.

Conèixer els diferents tipus de lesions.

Aprendre les habilitats per poder realitzar immobilitzacions i mobilitzacions.

Temari

- Presentació.
- Introducció al curs.
- Conducta PAS.
- Repàs anatómic aparell traumatològic.
- Signes vitals.
- Exploració primària.
- Exploració secundària.
- Pràctiques d'immobilitzacions i mobilitzacions.

Consells de nutrició: guia per seguir una dieta equilibrada

Aquest curs pretén donar unes nocions bàsiques per millorar la nostra dieta alimentària. També oferirà consells per elaborar dietes adaptades a diferents tipus de malalties.

Realitzar una dieta alimentària sana és bàsic per a la prevenció de futures malalties o trastorns d'ordre alimentari, especialment en les etapes de creixement o a la vellesa.



Fitxa del curs

Requisits:
Tenir 16 anys

Durada:
10 hores

Objectius

Conèixer les propietats dels aliments.

Identificar aliments que aporten salut.

Conèixer diferents tipus de dietes específiques adaptades a malalties com la diabetis, colesterol, de protecció gàstrica, etc...

Conèixer els requeriments nutricionals a tenir en compte en l'edat avançada.

Temari

- La dieta sana: aspectes a tenir en compte.
- Aliments que aporten salut.
- Dietes específiques: colesterol, diabetis, de protecció gàstrica.
- Requeriments nutricionals en edat avançada.

Comunicació i tècniques d'estimulació amb el malalt d'Alzheimer

Monogràfic especialitzat en l'atenció a les persones grans.

Aquest monogràfic eminentment pràctic desenvoluparà tècniques de comunicació que permeten millorar la qualitat de vida de les persones grans malalts d'Alzheimer mitjançant tècniques d'estimulació i la millora en la comunicació amb la persona cuidadora.



Fitxa del curs

Requisits:
Tenir 18 anys

Durada:
8 hores

Objectius

Conèixer els aspectes que afecten en el llenguatge amb el malalt d'Alzheimer.

Saber com comunicar-nos millor amb el malalt d'Alzheimer.

Conèixer i saber aplicar tècniques d'estimulació que millorin la qualitat del malalt d'Alzheimer.

Temari

- Introducció.
- Aspectes a tenir en compte amb el malalt d'Alzheimer.
- Problemes en relació a l'expressió.
- Problemes en relació a la comprensió.
- Tècniques per facilitar la comunicació amb el malalt i el cuidador/a.
- Tècniques d'estimulació.
- Estimulació cognitiva: reminiscència, entrenament de la memòria, interacció positiva, orientació a la realitat.
- Estimulació física i sensorial.

Formació bàsica per a cuidadors/es no professionals

Aquest curs pretén formar i proporcionar estratègies de manera pràctica a les persones cuidadores no professionals per facilitar i millorar la seva tasca de cuidar persones dependents.

Facilitar que les persones dependents puguin viure en el seu entorn amb el màxim de qualitat possible.



Fitxa del curs

Requisits:
Tenir 18 anys

Durada:
25 hores

Objectius

Donar coneixements psicològics, sanitaris i socials als cuidadors/es informals.

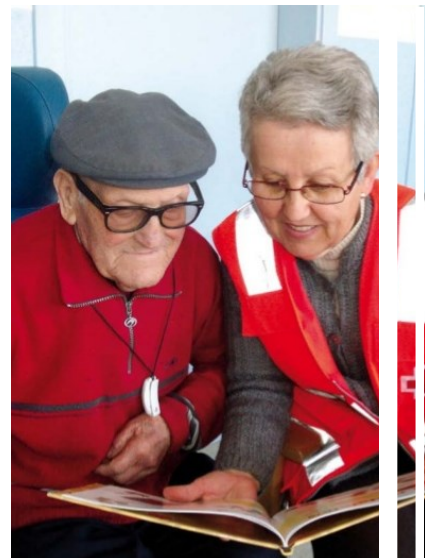
Temari

- Què és la dependència i com s'afronta socialment.
- Recursos comunitaris i serveis socials.
- Drets i deures.
- Necessitats d'atenció d'una persona en situació de dependència.
- La imatge i la higiene.
- Aspectes bàsics de nutrició.
- Adaptacions a l'entorn i productes de suport.
- Mobilitat i transferències.
- Cures pal·liatives.
- Cuidar els que cuiden.
- Nocions bàsiques de primers auxilis.
- Conviure amb una persona en situació de dependència.
- Resolució de conflictes.

Formació específica en gent gran per a cuidadors/es no professionals

Aquest curs pretén formar i donar estratègies de manera pràctica a les persones cuidadores no professionals en aquells aspectes específics de la cura de persones grans, per facilitar i millorar la seva tasca de cuidar persones dependents.

Crear un espai de relació i de suport on els cuidadors/es puguin compartir l'experiència de cuidar.



Fitxa del curs

Requisits:
Tenir 18 anys

Durada:
25 hores

Objectius

Donar coneixements psicològics, sanitaris i socials als cuidadors/es informals que atenen a gent gran.

Temari

- Envelliment, una etapa de la vida.
- Recursos específics per a gent gran.
- Drets i deures específics per a gent gran.
- Deteriorament cognitiu.
- Demències.
- Alteracions de la capacitat motora.
- Trastorns del son.
- Pautes d'intervenció.
- Alteracions de la capacitat funcional.
- Cura de la pell.
- La nutrició en la persona gran.
- Habilitats i actituds per afrontar problemes conductuals.
- Factors ambientals.
- Tècniques per a la resolució de conflictes.

Llengua de signes I

Iniciació a la llengua de signes catalana i el seu col·lectiu, per una millor atenció i integració.



Fitxa del curs

Requisits:
Tenir 18 anys

Durada:
60 hores

Objectius

Eliminar barreres de comunicació i fomentar la comunicació amb les persones sordes.

Conèixer els costums de la comunitat sorda catalana.

Comunicar-se amb persones que utilitzin la LSC i conèixer el seu entorn.

Fomentar l'aprenentatge i el coneixement de la LSC.

Saludar, presentar-se, descriure persones, objectes i llocs.

Expressar gustos, preferències, estat d'ànim, etc.

Comprendre i extreure informació bàsica de discursos.

Comprensió i emissió dels sistema dactilològic.

Temari

- Aspectes psicosocials de la comunitat sorda.
- Comunicació no verbal, expressió facial i corporal.
- Discriminació i memòria visual.
- Alfabet dactilològic.
- Les presentacions i salutacions, dies de la setmana, mesos.
- Colors, números i hores.
- Família, animals, aliments, esports, etc.
- Introducció verbs direccionals i no direccionals.
- Intercanvi d'informació: la classe, treball, família, amics, etc.
- Fórmules de cortesia, descripció de persones.
- Realitzar demandes, estat físic, estat ànim.
- Signes específics de la LSC, rol, paràmetres formatius dels signe.

Gestió de conflictes

Curs que ofereix tècniques i habilitats per a la gestió alternativa de conflictes.

Donar eines de mediació per a gestionar conflictes



Fitxa del curs

Requisits:
Tenir 18 anys

Durada:
8 hores

Objectius

Entendre què és el conflicte.

Entendre algunes de les causes que produeixen els conflictes.

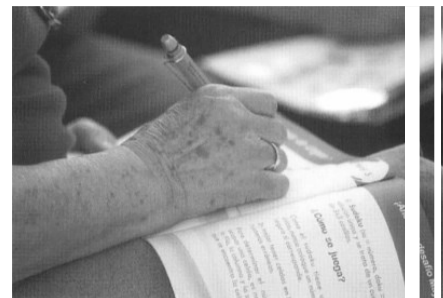
Desenvolupar destreses en la gestió de conflictes.

Temari

- Aproximació al conflicte i conceptes.
- Tècniques de gestió de conflictes.

Entrenament de la memòria

La memòria és una de les capacitats que influeixen en l'autonomia personal i en el desenvolupament d'algunes habilitats socials.



Fitxa del curs

Requisits:
Tenir 18 anys

Durada:
14 hores

Objectius

Enfortir l'autonomia de la gent gran, mitjançant l'entrenament tant de la memòria com dels aspectes d'atenció que hi estan implicats.

Temari

- El taller consisteix en set sessions, d'una durada de dos hores, en les quals es duu a terme un desenvolupament teòric d'un procediment específic de manteniment de la memòria acompanyat d'exercicis pràctics. Pel tipus de formació que s'ofereix en el taller s'aconsella realitzar les sessions setmanalment.

Tècniques de relaxació

Davant les situacions d'estrès prolongat que vivim actualment, necessitem conèixer quines eines ens poden ajudar per aprendre a cuidar-se un mateix.



Fitxa del curs

Requisits:
Tenir 18 anys

Durada:
10 hores

Objectius

Donar a conèixer d'una forma pràctica les diferents tècniques de relaxació per millorar la nostra qualitat de vida.

Temari

- Introducció: definició de conceptes (ansietat, fòbies, relaxació, suggestió, adhesió, compliment).
- Els diferents mètodes: Mètode de Jacobson, Mètode de Schultz, tècniques de visualització i tècniques de respiració.
- Ús de les tècniques.
- Tècniques de relaxació en estats patològics.
- Tècniques de relaxació en estats no patològics.

Recursos per activar la ment a la gent gran

El taller va dirigit a aquelles persones que estan en contacte amb la gent gran per tal de donar-los recursos per treballar aspectes relacionats amb la ment.



Fitxa del curs

Requisits:
Tenir 18 anys

Durada:
14 hores

Objectius

Conèixer les demències que afecten majoritàriament a gent gran.

Treballar implícitament els diferents tallers que afavoriran l'activació de la ment.

Temari

- Introducció a les demències.
- Tallers d'estimulació cognitiva.
- Tallers d'orientació.
- Taller de llenguatge.
- Taller de pràxies.
- Taller de musicoteràpia.
- Taller de gnòsies.
- Taller de càlcul.

Habilitats socials, competències personals i coneixement de l'entorn

El coneixement de l'entorn, més quan venim d'una realitat diferent, ens ajuda a desenvolupar les habilitats socials i competències personals necessàries per a interactuar més efectivament amb el món laboral i social.



Fitxa del curs

Requisits:
Tenir 18 anys

Durada:
8 hores

Objectius

Aprendre a identificar els recursos personals de cada demandant que facilitin la realització d'activitats per a la convivència a la nostra comunitat.

Incrementar el seu coneixement de l'entorn per facilitar el desenvolupament dels seus recursos personals i augmentar la seva seguretat davant el mercat de treball.

Temari

- Aportació d'informació i d'anàlisi de les construccions dels participants.
- Anàlisi de les experiències directes realitzades pels participants en el seu entorn.
- Suport a l'autonomia: avaluació, ajustament i potenciació de noves alternatives.

La nostra història

Les reminiscències són el record d'experiències passades que són importants o significatives de l'àmbit personal.

Amb aquest record aconseguim l'assoliment d'una imatge personal positiva, millora l'autoestima i dona més significat a la nostra vida.



Fitxa del curs

Requisits:

Tenir 18 anys

Durada:

12 hores

Objectius

Treballar la memòria remota a través de les reminiscències.

Potenciar les relacions interpersonals.

Fer sorgir sentiments i inquietuds positives per compartir-les amb les altres persones.

Temari

- El taller 'La nostra història' està estructurat en sessions setmanals d'una hora i mitja de durada. En aquestes sessions es duu a terme una conversa sobre un tema escollit i l'elaboració d'un treball col·lectiu relacionat amb el tema tractat compartit entre tots els participants.

Monitor/a de menjador

Curs d'especialització per a persones que treballen com a monitors/es de menjadors escolars, centres especials, etc...



Fitxa del curs

Requisits:
Tenir 18 anys

Durada:
40 hores

Objectius

Conèixer la realitat del menjador: l'organització i normativa, les tasques del monitor de menjador, la relació amb l'equip del centre.

Donar recursos per treballar l'educació en el lleure dins l'espai d'un menjador escolar.

Aprendre a atendre els processos de desenvolupament psicosocial dels usuaris/es del menjador així com de la seva diversitat.

Adquirir coneixements sobre dietètica, nutrició, higiene i primers auxilis i aplicar-los a la tasca com a monitor/a.

Temari

- Introducció a la realitat i funcionament del menjador:
- Educació en el lleure: com educar els hàbits. Projecte Educatiu del menjador. Com planificar l'activitat del menjador. Desenvolupament i seguiment de l'activitat.
- Usuaris: psicologia del desenvolupament: evolució psicològica dels usuaris. La diversitat d'usuaris.
- Coneixements de dietètica i nutrició: Elaboració d'un menú. Higiene i manipulació d'aliments. Dietes especials.
- Primers auxilis
- Recursos pel temps d'esbarjo: tallers, jocs, cançons, joguines.

Manipulador/a d'aliments

Dintre del sector o activitats relacionades amb l'alimentació, és molt important complir els requisits sanitaris i condicions establertes a la normativa per dur a terme l'activitat.



Fitxa del curs

Requisits:
Tenir 18 anys

Durada:
4 hores

Objectius

Oferir a les persones que treballen en contacte directe amb aliments la formació específica i les eines necessàries per formar-los en matèria d'higiene alimentària.

Capacitar en coneixements, actituds i habilitats en quant a la correcta manipulació dels aliments, permetent garantir la seguretat i salubritat dels mateixos.

Temari

- Coneixements bàsics sobre els perills alimentaris i les fonts de contaminació i manipulador d'aliments.
- Malalties transmeses pels aliments i la responsabilitat dels manipuladors per a la seva prevenció.
- Al·lèrgens alimentaris.
- Pràctiques correctes d'higiene durant la recepció, emmagatzematge, transformació, transport, distribució i servei aliments.
- Higiene dels locals i dels equips.
- Eliminació de residus.
- Higiene personal. Estat de salut.
- Requisits sanitaris i condicions establertes a la normativa per dur a terme l'activitat.
- Perills associats al sector o activitat (conservació dels aliments, temperatura, etc...)
- Responsabilitat de l'empresa.

Monitor/a d'activitats d'educació en el lleure infantil i juvenil

El curs de monitor/a d'activitats d'educació en el lleure infantil i juvenil és la formació que prepara l'alumnat per intervenir de manera educativa en activitats de lleure infantil i juvenil.

Capacita per organitzar, dinamitzar i avaluar activitats de lleure infantil i juvenil en el marc de la programació general d'una organització, aplicant les tècniques específiques d'animació grupal, incidint explícitament en l'educació en valors i atenent les mesures bàsiques de seguretat i prevenció de riscos.



Fitxa del curs

Requisits:
Tenir 18 anys

Durada:
150 h. teoria
160 h. pràctica

Objectius

Donar eines i estratègies per educar i formar en les tasques laborals i tècniques als monitors/es en el lleure.

Fomentar actituds de respecte, civisme i diàleg entre l'alumnat.

Treballar els conceptes bàsics de l'educació formal, no formal i l'educació en el lleure.

Preparar el jovent per la seva tasca d'intervenció directa en el temps lliure d'infants i adolescents.

Valorar el sentit educatiu del temps lliure i prendre una postura crítica.

Conèixer diferents recursos tècnics i didàctics per a treballar amb infants i adolescents en el temps lliure.

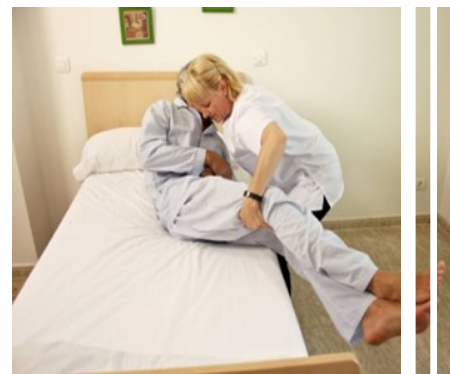
Temari

- Mòduls formatius (150 h):
 - Activitats d'educació en el lleure infantil i juvenil (60 h)
 - Processos grupals i educatius en el lleure infantil i juvenil (30 h)
 - Tècniques i recursos d'animació en activitats de lleure (60 h)
- Mòdul de pràctiques (160 h):
 - Mòdul de pràctiques professionals no laborals de dinamització d'activitats de lleure educatiu infantil i juvenil (160 h).

Com cuidar persones enllitades i alhora tenir cura del nostre cos

El taller com cuidar a persones enllitades i alhora tenir cura del nostre cos vol donar a conèixer els elements indispensables per transformar positivament les tasques quotidianes de mobilització de persones grans.

Sovint es desconeixen els motius pels que s'ha de fer una determinada tasca, això es tradueix en una falta de motivació envers la mateixa. Tant els cuidadors com la persona dependent en pateixen les conseqüències.



Fitxa del curs

Requisits:
Tenir 18 anys

Durada:
28 hores

Objectius

Millorar la qualitat de l'assistència a les persones dependents.

Preservar la salut dels cuidadors, evitant posicions corporals incorrectes i oferint un conjunt de coneixements que afavoreixen la seva feina com cuidador no professional.

Temari

- Cooperar en el manteniment físic i psíquic i també en les tasques de mobilitat i seguretat per a l'assistit.
- Moure l'assistit, adaptant una posició correcta per a tenir més eficàcia.
- Taules d'exercicis i massatges terapèutics per a gent enllitada i amb problemes de mobilitat.
- Higiene i tècniques de canvis de llençols en persones enllitades.
- Habilitació i rehabilitació: exercicis, tècniques i base fisiològica.
- Canvis posturals.
- Mobilitzacions i immobilitzacions.
- Síndrome d'immobilització.
- Higiene i cura de la pell, rentat, dutxa i mesures de suport.
- Ajudes tècniques.

Hemisferi dret i hemisferi esquerre

Curs per mantenir les capacitats cognitives de les persones grans, a través de la interacció entre ells/es, i amb diferents activitats per potenciar la memòria, el llenguatge, càlcul, etc. (hemisferi esquerre) i activitats per treballar la creativitat, la imaginació, la identitat (hemisferi dret), tenint en compte el respecte envers les seves capacitats i límits i la seva emocionalitat.



Fitxa del curs

Requisits:
Tenir 18 anys

Durada:
22 hores

Objectius

Potenciar la memòria mitjançant la creativitat personal.

Treballar les diferents àrees cognitives del cervell.

Donar espai a la creativitat i a l'artista que portem a dins, al mateix temps que continuem treballant aspectes psicològics i emocionals com ara la identitat, la biografia personal, i també cognitius com ara l'atenció, concentració, la discriminació...

Temari

- Fitxes individuals de treball sobre pràxies, gnòsies, càlcul, llenguatge.
- Treball grupal: dinàmiques al voltant de la construcció de contes col·lectius, jocs col·lectius on treballarem l'expressivitat, la coordinació motriu i llenguatge, les endevinalles.
- Treball en petit grup sobre aspectes culturals, notícies d'actualitat, debats.
- Reconeixement de fotografies de l'entorn conegut i de peces musicals (memòria auditiva i visual).
- Treball de planificació i organització de la vida quotidiana.

Monogràfics, tallers, xerrades, formació a mida



A través del Centre de Formació de Creu Roja planifiquem a mida xerrades i cursos adreçats a diferents col·lectius: població en general, alumnes de centres educatius, treballadors de diversos sectors...

En tots els cursos es lliura a les persones inscrites un dossier o manual amb el seu programa i continguts. Aquesta és la base a partir de la qual s'estructura el curs. A més, disposem de material pràctic (específic per cada curs) que facilita al formador l'explicació del temari i alhora ajuda als participants a assimilar millor i amb més rapidesa els continguts.

On ens pots trobar?



Oficina Provincial Creu Roja Tarragona

Avinguda Andorra, 61 - 43002 Tarragona

977-24.50.62 / 24.50.73

crojafor@cruzroja.es

Assemblea	Adreça	Telèfon
Alt Camp	C/ Creu de Cames, s/n	977-61.36.46
Baix Penedès	Avinguda Jaume Carner, s/n	977-66.11.41
Priorat	Ctra. Alcolea del Pinar, s/n	977-83.05.89
Alcanar	C/ Onze de Setembre, s/n	977-73.70.03
Ametlla de Mar	Passeig Marítim, s/n	977-49.36.64
Ampolla	C/ Baños, 2, ent.	977-59.30.30
Amposta	C/ Cervantes, s/n	977-70.26.80
Calafell	Ctra. Estació, s/n	977-69.29.52
Cambrils	C/ Cristofol Colom, 22	977-79.49.97
Deltebre	Ctra. del Far de Buda, s/n	977-48.10.06
La Senia	Avinguda Generalitat, 9	977-57.00.97
Mont-roig del Camp	C/ Roca, 5, baixos	977-81.11.17
Mora d'Ebre	Avinguda Comarques Catalanes, 93	977-40.22.22
Mora la Nova	C/ Pau Casals, 10, baixos	977-40.16.13
Reus	C/ Dr. Ferran, 33—37	977-32.05.56
St. Carles de la Rapita		977-74.29.30
Tortosa	C/ Berenguer IV, 34	977-44.44.44
Vila-seca	Avinguda Generalitat, 1	977-39.39.39

