

## Ficha de Inscrição

Nome \_\_\_\_\_

Morada \_\_\_\_\_

Cod.Postal \_\_\_\_\_ Localidade \_\_\_\_\_

Distrito \_\_\_\_\_

Telefone \_\_\_\_\_ Telemóvel \_\_\_\_\_

Data de Nascimento \_\_\_\_\_

Email \_\_\_\_\_

Preço de Inscrição: 90,00 €

**Portador do Cartão da Ginástica: 81,00 €**

Modo de Pagamento:

Numerário (apenas na Sede da FGP)

Cheque

Transferência através do NIB: 0018 0000 50924642020 49

(agradece-se o envio do comprovativo da transferência bancária)

Data limite de Pagamento: até 4 dias antes da Formação

Curso em que se escreve: \_\_\_\_\_

Cheques endossados à Federação de Ginástica de Portugal:

Estrada da Luz, Nº 30 A, 1600-159 Lisboa

Tel: 21 814 11 45 / Fax: 21 814 29 50

E-mail: [engym.cursos@gympor.com](mailto:engym.cursos@gympor.com)

Data: \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_\_ Assinatura: \_\_\_\_\_

Apoios:



## OFICINA de IDEIAS

# Curso de Primeiros Socorros

### Inclui Módulo de Suporte Básico de Vida



**1º Curso: 14 e 15 de Março – CCR/CCR**

**Centro Cultural e Recreativo das Crianças do Cruzeiro e Rio Seco**

**2º Curso: 18 e 19 de Abril – CCR/CCR**

**Centro Cultural e Recreativo das Crianças do Cruzeiro e Rio Seco**

**3º Curso: 9 e 10 de Maio - FGP**

**Federação de Ginástica de Portugal**



### Objectivos gerais:

Fornecer conteúdos teórico-práticos sobre Primeiros Socorros (Conceito; Causas, Sinais e Sintomas; O que Fazer e o que Não Fazer) e Suporte Básico de Vida.

### Objectivos específicos:

- Preparar os formandos para:
  - A realização dos procedimentos específicos do socorrismo;
  - A identificação da situação de emergência;
  - A Interação com o INEM;
  - Avaliação da vítima;
  - O Conhecimento das Manobras de Suporte Básico de Vida.

### Avaliação:

A avaliação final (escrita e prática), confere ao candidato a condição de aprovado (classificação mínima de 75% em 100%) ou não aprovado.

O formando deverá frequentar o curso integralmente, sendo emitido certificado personalizado.

**Formadores:** Enfermeiros INEM

**Método:** Expositivo, Interrogativo e Demonstrativo

### Atenção:

- As inscrições serão aceites por ordem de recepção;
- Só serão confirmadas as inscrições após pagamento da taxa respectiva;
- Nº mínimo de Formandos: 25
- Nº máximo de Formandos: 40
- As inscrições deverão dar entrada nos Serviços Administrativos da FGP até **4 dias antes** da Formação

### Observações / informações úteis:

**Centro Cultural e Recreativo das Crianças do Cruzeiro e Rio Seco**

**Rua D. João Castro, Nº 86. 1300-195 Lisboa. Tel: 213 644 624**

- As refeições são da responsabilidade de cada formando;

- O valor de inscrição inclui **Certificado de Formação Oficina de Ideias/FGP/Enfermeiros INEM**

Para mais informações contacte: Filipe Jesus

E-mail: [engym.cursos@gympor.com](mailto:engym.cursos@gympor.com)

[www.gympor.com](http://www.gympor.com)



### Programa – 1º Dia (Sábado)

#### 09h30 até 13h30 – Módulo I

Doenças Crónicas; Entorse; Epistáxis; Doenças Crónicas; Convulsão; Hipertensão / Hipotensão; Fracturas Feridas Traumatismos; PLS; Crise Asmática; Kit 1º socorros; Enfarte; AVC; Epilepsia.

#### 15h00 até 19h00 – Módulo II

Asfixia; Electrocussão; Congestão; Engasgamento; Golpe de Calor/Insolação; Afogamento; Hipo/Hipertermia; Mordeduras/Picadas; Queimaduras; Urticária; Intoxicação; Algas; Febre.



### Programa – 2º Dia (Domingo)

#### 09h30 até 13h30 – Suporte Básico de Vida

Realizar a abordagem à vítima em segurança; Diagnosticar a situação da paragem cardiorespiratória, paragem respiratória e de vítima inconsciente e quando pedir de ajuda; Proceder a abordagem básica da via aérea, massagem cardíaca e PLS.

#### 15h00 até 18h00 – Avaliação final escrita e prática