

**Используя информацию о проекте для подачи заявки, пожалуйста, не копируйте поля, а адаптируйте содержание под специфику своего города – у вас могут отличаться партнеры, место проведения, формат реализации и прочее.**

## Первая помощь

<b>Краткое описание</b>	Это тренинговый проект по обучению оказанию первой помощи в условиях высокой эмоциональной нагрузки. Участники отработывают навыки в смоделированных стрессовых условиях, учатся сохранять самообладание и действовать быстро и эффективно. Проект помогает формировать культуру безопасности и снижает риск ошибок в экстренной ситуации.
<b>Цель</b>	Повысить готовность к оказанию первой помощи в нестандартных и стрессовых ситуациях, сформировать у участников устойчивую и осознанную модель поведения в экстренных условиях.
<b>Задачи</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Разработать обучающую программу с акцентом на действия в стрессовых ситуациях.</li> <li>• Провести серию практических занятий и тренингов с моделированием экстренных условий.</li> <li>• Научить участников алгоритмам первой помощи и методам саморегуляции.</li> <li>• Провести итоговое командное испытание (квест) с ситуациями «сюрпризами».</li> <li>• Подготовить методические материалы для тиражирования и передачи опыта другим организациям.</li> </ul>
<b>Целевая аудитория</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Старшеклассники и студенты колледжей;</li> <li>• Работники предприятий и волонтеры;</li> <li>• Участники молодежных движений и спортивных секций;</li> <li>• Кураторы ОБЖ, специалисты по охране труда, наставники.</li> </ul>
<b>Какую проблему ЦА решает проект?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Недостаточная психологическая готовность к действиям в экстренных ситуациях.</li> <li>• Страх ошибиться или «замереть» при оказании первой помощи.</li> <li>• Формальный подход к обучению первой помощи — без отработки в реалистичных условиях.</li> <li>• Низкая культура повседневной безопасности в учебных и трудовых коллективах.</li> <li>• Отсутствие навыков управления эмоциями в стрессовой ситуации, особенно у молодежи.</li> </ul>
<b>Формат и методы реализации</b>	<b>Обучение:</b> Серии интерактивных занятий с элементами моделирования: «реакция на крик», «первая помощь при потере сознания», «первая минута при ДТП»; Разбор типичных ошибок, ситуационные задачи и тренинг действий по алгоритмам; Работа с эмоциями: дыхательные практики, методы восстановления контроля.

	<p><b>Практика:</b> Использование старой экипировки и муляжей для симуляции «реальности»; Командные тренировки с разбором ошибок и обратной связью; Итоговый квест-испытание: первая помощь в неизвестных условиях.</p>
<b>Ожидаемые результаты</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Обучено 50–100 человек базовым навыкам оказания помощи в условиях стресса;</li> <li>• Снижен страх перед экстренными ситуациями, повысился уровень готовности к действиям;</li> <li>• Сформирован позитивный имидж культуры безопасности и охраны труда;</li> <li>• Создан обучающий сценарий, тиражируемый для других организаций и городов.</li> </ul>
<b>Риски и методы их решения</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Сложности с техническим обеспечением реалистичных симуляций → Работа с МЧС и медорганизациями, использование подручных и безопасных имитационных средств, аренда оборудования.</li> <li>• Ограниченность квалифицированных специалистов → Привлечение действующих инструкторов первой помощи, тренеров из профессиональной среды, волонтеров с медицинским образованием.</li> </ul>
<b>Партнеры</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Учебные заведения, школы, колледжи;</li> <li>• Предприятия и отделы охраны труда;</li> <li>• МЧС, врачи, инструкторы по первой помощи;</li> <li>• Центры дополнительного образования и волонтерские организации.</li> </ul>
<b>Ожидаемый бюджет</b>	<p>От 300 тыс. до 800 тыс. рублей в зависимости от количества обучающих сессий, используемого оборудования и масштаба итогового мероприятия.</p>
<b>Развитие проекта после его завершения</b>	<p>1 год: Повторение тренингов в новых группах, интеграция в программы охраны труда, школьные и студенческие активности. Создание онлайн-курса или методички для самостоятельной подготовки.</p> <p>3–5 лет: Развитие городского центра компетенций по первой помощи, проведение регулярных фестивалей безопасности, распространение формата в школы, колледжи и корпоративные программы.</p>