

A close-up portrait of a man with dark, wavy hair and a light beard, wearing a blue VR headset. The headset's lens is dark and displays the text "4 HELP VR" in white and red. The man is wearing a red shirt, and the background is a plain, light gray.

4 HELP VR

**A TY JESTES GOTOWY ZOSTAC
SUPERBOHATEREM?**

ZAUFALI NAM

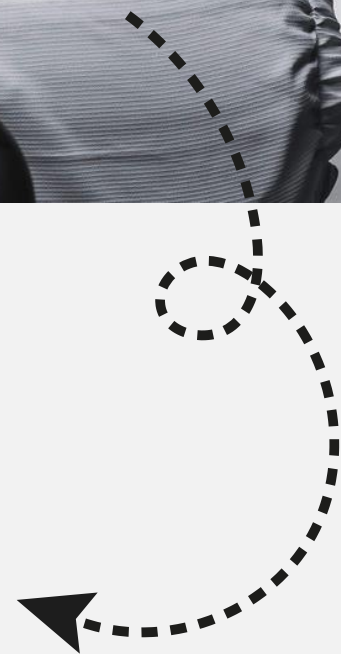




POZNAJ NAS LEPIEJ W 90 SEKUND



[https://www.youtube.com/
watch?v=5Kterh74v1U&t=28s](https://www.youtube.com/watch?v=5Kterh74v1U&t=28s)



4 HELP VR

UCZ SIĘ WIRTUALNIE BAW SIĘ REALNIE



Naszą misją jest
tworzenie
SuperBohaterów

Dzięki najnowszej
technologii dajemy
możliwość wcielenia
się wirtualnie w
prawdziwą sytuację!

I realne wcielenie
uczestników
w rolę
SuperBohatera!

Od Wirtualnych do Realnych!

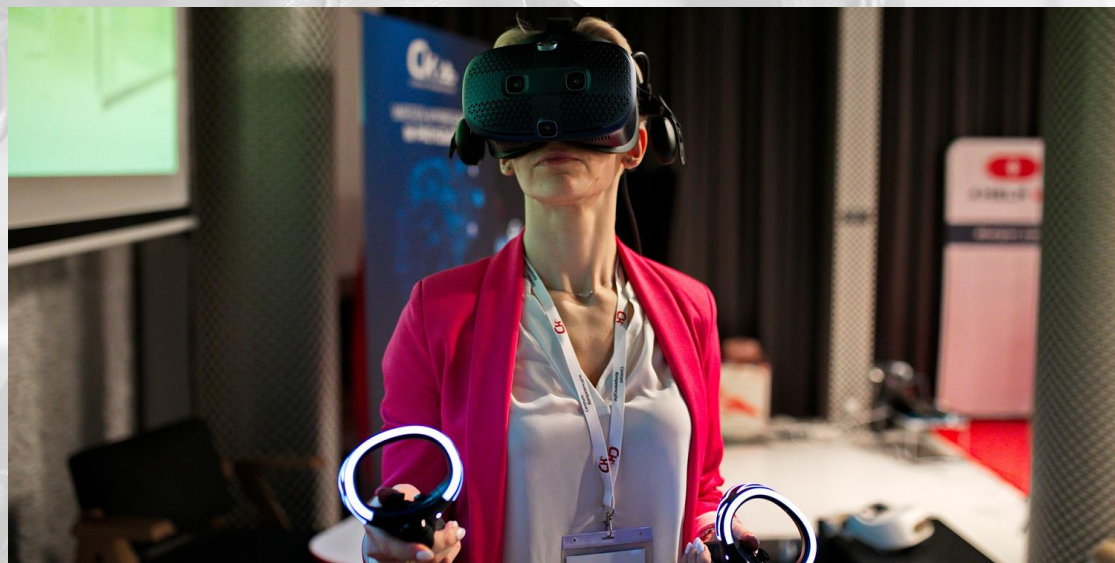


4 HELP VR

UCZYMY
MAŁYCH

I

DUZYCH



4 HELP VR

WIRTUALNIE

ORAZ

REALNIE



ZOBACZ JAK WYGLĄDA PIERWSZA POMOC VR

<https://youtu.be/cnev22rUggc>



ZAPEWNIAMY:

- Stanowiska **VR** PLUG & PLAY
- Maty do ćwiczeń
- Leżaczki do odpoczynku
- Komunikację przedeventową
- Identyfikację graficzną
- Wykwalifikowaną kadrę
- Zaplecze backupowe
- I przede wszystkim -> **Niezapomniane wrażenia**



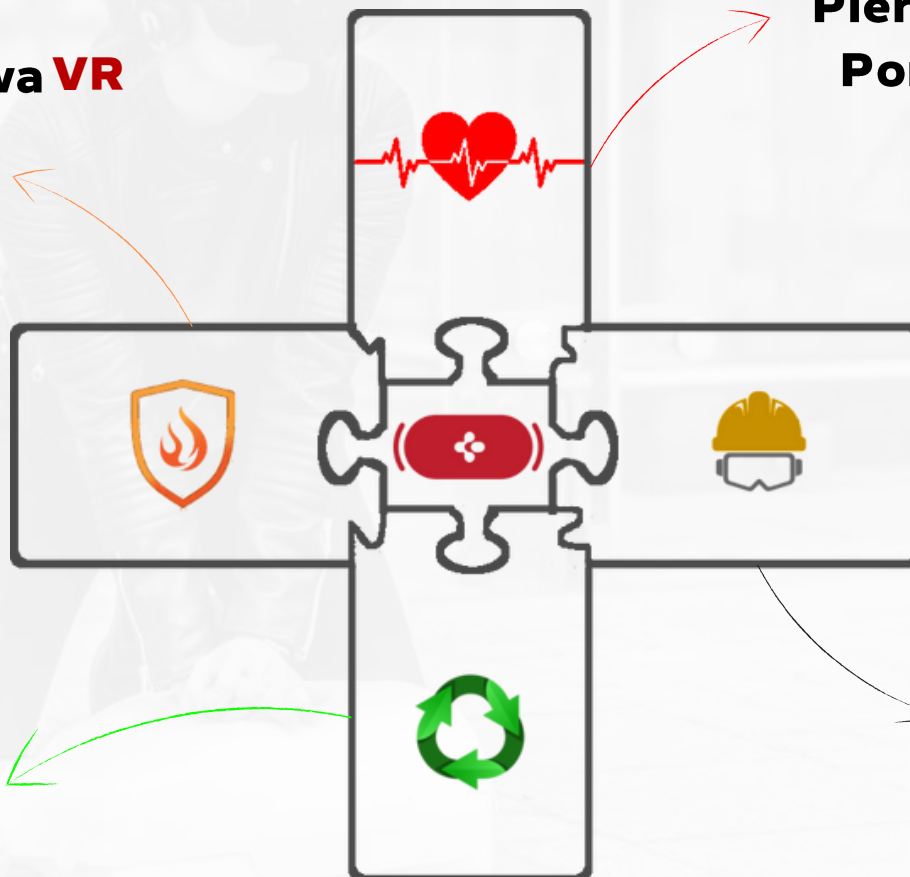
APLIKACJE:

Ochrona PrzeciwPożarowa VR

- Zagrożenie pożarowe w przestrzeni biurowej
- Ewakuacja z miejsca zagrożenia

Czas trwania:
15 minut

Ekologia VR (wkrótce)



Pierwsza Pomoc VR

- Resuscytacja Krążeniowo Oddechowa
- Pozycja Boczna
- Urazy wg ITLS

Łączny czas trwania
każdego szkolenia
około 20 minut

BHP VR

- Ocena ryzyka zawodowego (Łącznie 3 szkolenia)
- Metoda 5S na stanowisku pracy
- Instruktaż ogólny VR

Czas trwania każdego
od 15 do 25 minut



4 HELP
VR

Nie tylko wirtualnie !

WYPADEK Z UDZIAŁEM WÓZKA WIDLÓWEGO

Pozoracje inscenizacji wypadku komunikacyjnego z udziałem wózka widłowego i udziałem żywego aktora są doskonałą okazją do nauki grupowego podejmowania działań związanych z ratowaniem życia osoby poszkodowanej. Uczestnicy mają możliwość przećwiczenia reakcji na różne sytuacje, począwszy od zabezpieczenia miejsca wypadku, aż po udzielenie pomocy poszkodowanej



WYPADEK KOMUNIKACYJNY

Większość z nas, bez względu na to, czy jesteśmy bezpośrednimi uczestnikami, czy też świadkami, staje w obliczu codziennego ruchu drogowego. Jednak czy znamy procedury udzielania pomocy osobom poszkodowanym w wypadkach drogowych? Czy wiemy, jak właściwie zabezpieczyć miejsce zdarzenia czy też jak skutecznie wyciągnąć poszkodowanych z pojazdów?

Na te pytania oraz wiele innych odpowiemy podczas naszych warsztatów.



URAZY

ORAZ

OPARZENIA

Warsztaty prowadzone przez doświadczonego ratownika medycznego, który przeprowadza uczestników przez proces udzielania pierwszej pomocy w przypadku ran i oparzeń. Podczas tych zajęć uczestnicy zdobędą niezbędną wiedzę i umiejętności dotyczące prawidłowego opatrywania ran oraz postępowania w przypadku oparzeń. Ratownik medyczny aktywnie uczestniczy w warsztatach, udzielając wskazówek i weryfikując poprawność przeprowadzanych działań, aby zapewnić uczestnikom skuteczną i bezpieczną praktykę udzielania pomocy medycznej.



TAMOWANIE KRWOTOKÓW

Warsztaty prowadzone przez doświadczonego ratownika medycznego, który przeprowadza uczestników przez proces udzielania pierwszej pomocy w przypadku masywnych krwotoków. Podczas tych zajęć uczestnicy zdobędą niezbędną wiedzę i umiejętności dotyczące prawidłowego opatrywania ran zagrażających życiu.



UPADEK Z WYSOKOŚCI

Czy wiesz, jak udzielić pierwszej pomocy osobie po upadku z wysokości? To kluczowa umiejętność, która może uratować życie.

Nasze warsztaty z udzielania pierwszej pomocy osobom, które uległy upadkowi z wysokości dostarczą Ci niezbędnej wiedzy i pewności siebie w kryzysowych sytuacjach.



POZORACJE

Warsztaty organizowane w formie inscenizacji wypadku z osobami postronnymi.

Warsztaty nastawione na grupowe, odpowiedzialne działanie w sytuacji zagrożenia życia.

Podczas warsztatów uczestnicy dowiedzą się w jaki sposób zabezpieczyć miejsce wypadku, osoby poszkodowane oraz przeprowadzić sprawną akcję ratunkową.



PIERWSZA POMOC

DZIECIOM

Pierwsza Pomoc naszym najbliższym w sytuacji zagrożenia ich życia lub zdrowia to przeogromny stres, który może sparaliżować.

Podczas naszych warsztatów przekażemy niezbędną wiedzę nt ratowania życia najmłodszych, która da Ci narzędzia, które mogą uratować ich życie!



PIERWSZA POMOC NAD WODĄ

Wakacje to wspaniały czas, który ładuje
nasze siły witalne!

Co jeśli przerywa go krzyk osoby tonącej
w wodzie?

Jak jej pomóc?

Jaka jest procedura ratowania życia w
takim wypadku?

Naucz się tego podczas naszych
warsztatów!



PIERWSZA POMOC W GORACH

Wakacje to wspaniały czas, który ładuje nasze siły witalne!

Aktywne spędzanie czasu to jedna z najlepszych form wypoczynku! Jednakże nawet tak sielski czas może przerwać nieprzewidziane zdarzenie. Wówczas przydaje się wiedza jak zabezpieczyć uraz przy pomocy dostępnych środków!



WYPADEK

KOMUNIKACYJNY

Rowery w miastach stanowią coraz liczniejszą grupę uczestników ruchu komunikacyjnego.

Niezależnie czy jesteśmy użytkownikami jednośladów czy osobami żyjącymi w otoczeniu rowerzystów spotykamy się coraz częściej z sytuacją w której niezbędna może okazać się wiedza z zakresu udzielania pierwszej pomocy osobom poszkodowanym na rowerze.



SYMULATOR DACHOWANIA

Czasem życie wywraca się do góry
nogami?

Z naszym symulatorem nauczysz się jak
wywrócić je do góry nogami bezpiecznie
, dając świadomość, że czasem w
pośpiechu trzeba zdjąć nogę z gazu by
nie przeżyć tego na własnej skórze.



SYMULATOR ZDERZEŃ

Czy zastanawiałeś się kiedykolwiek z jakimi przeciążeniami zмага się ludzki organizm podczas zderzenia czołowego?

Jeśli potrzebujesz pobudzić wyobraźnię i przekonać się bez wywoływania wypadku to jest to doskonały sposób by uzmysłwić swoim pracownikom jak niebezpieczne i nieprzyjemne są skutki zderzenia czołowego



RESCUE GAME

Podczas ratowania życia liczy się każda sekunda ...

My policzymy ją do setnego miejsca po przecinku podczas znakomitej i niesamowicie angażującej zabawy jaką jest Rescue Game!

Nauka poprzez zawody pozwolią zintegrować drużyny w jednym celu – uratować człowieka i nie czekać ani sekundy!





WARSZTATY PPOŻ

Minęliśmy w swoim życiu dziesiątki gaśnic, jednakże czy kiedykolwiek zastanowiliśmy się jak ich użyć?
Która gaśnica służy do gaszenia jakiego rodzaju pożaru?
Jak poprawnie i bezpiecznie ugasić pożar?

My pokażemy w praktyce jak podjąć bezpiecznie temat gaszenia!



EWAKUACJA ZE STREFY ZADYMIENIA

Nie pozwól by dym przesłonił Ci cały świat!

Warsztaty praktyczne ewakuacji ze strefy zadymienia to bezpieczna forma nauki w jaki sposób prawidłowo przeprowadzić proces ewakuacji, na co zwrócić szczególną uwagę oraz jak zachować się w sposób najbezpieczniejszy!

KOŁO FORTUNY

Koło fortuny to znakomita zabawa dla wszystkich uczestników wydarzenia, którzy zdobywają nową wiedzę i umiejętności poprzez kapitalną zabawę!

Tym trwalej zapadającej w pamięć, gdyż dającej ogromną dawkę pozytywnych emocji!





STREFA CHILL VR

Marzy Ci się przenieść w zupełnie inny świat – poleżeć na leżaku, wśród szumu morza z pięknym widokiem na fale oceanu?

Nic prostszego – z naszą strefą chill VR przeniesiesz się w najodleglejsze zakątki ziemi.

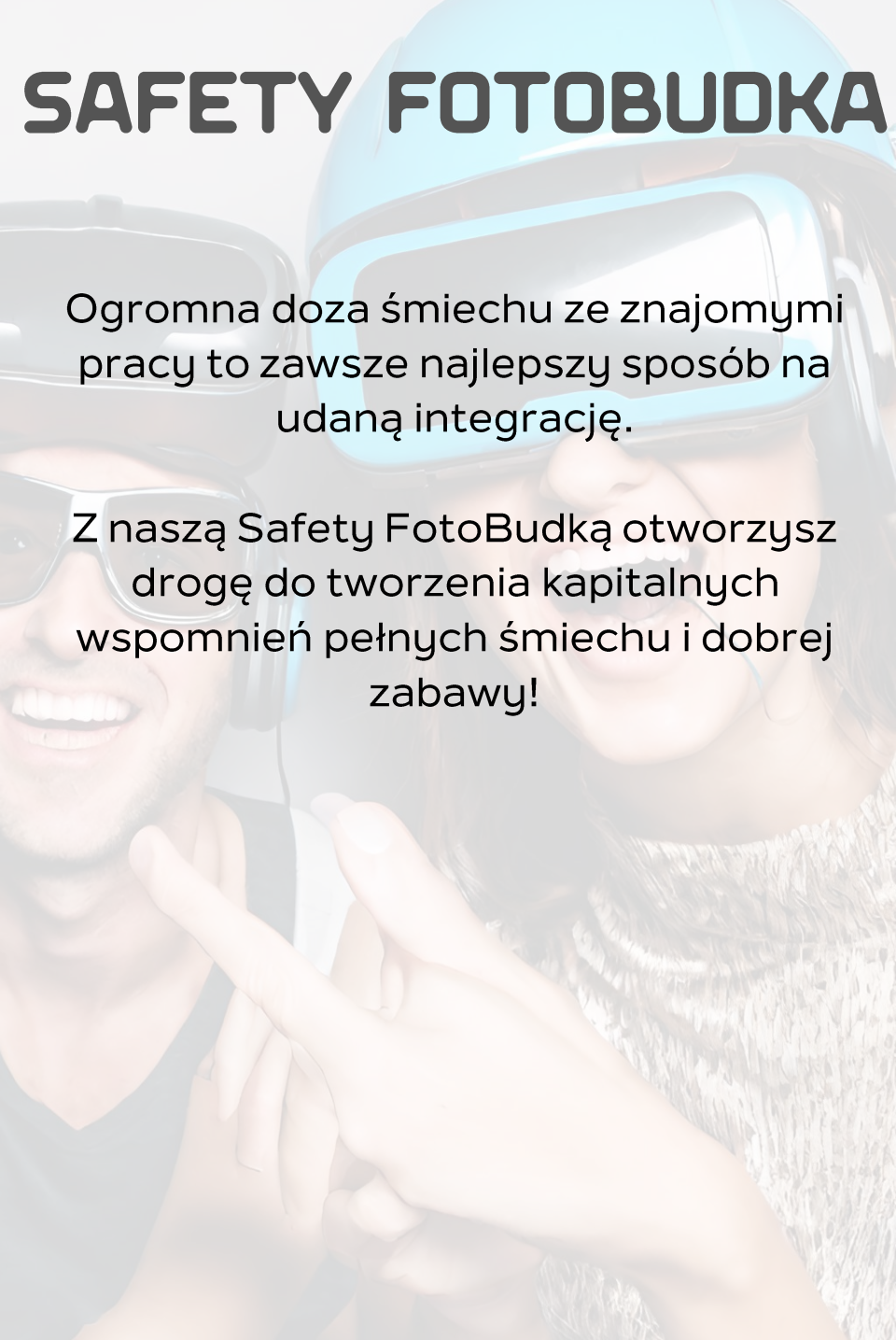
Zapewniamy leżaczki oraz maty do masażu.



SAFETY FOTOBUDKA

Ogromna doza śmiechu ze znajomymi pracy to zawsze najlepszy sposób na udaną integrację.

Z naszą Safety FotoBudką otworzysz drogę do tworzenia kapitalnych wspomnień pełnych śmiechu i dobrej zabawy!



WARSZTATY Z ERGONOMII

Czy czujesz się zmęczony po długim dniu pracy?

Czy doświadczasz bólu pleców lub szyi?
Może czas na zmianę ?

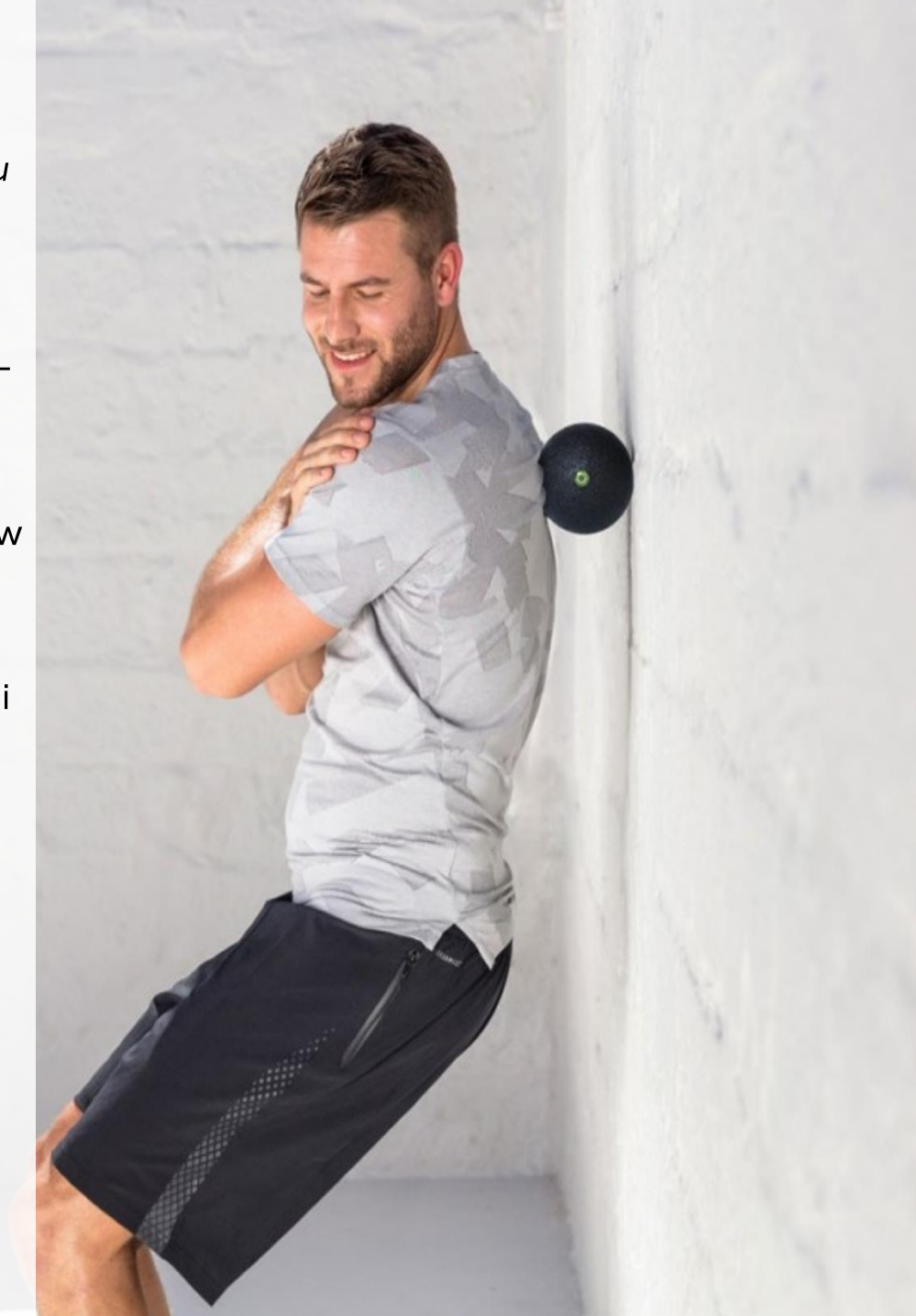
Odkryj tajniki ergonomii i popraw jakość swojego życia dzięki naszym warsztatom! Naucz się, jak dostosować swoje środowisko pracy i codzienne nawyki, aby zwiększyć komfort i wydajność. Dzięki naszym praktycznym wskazówkom i interaktywnym sesjom, dowiesz się, jak unikać kontuzji, redukować ból i poprawić swoją postawę. To klucz do długoterminowego zdrowia i dobrej kondycji fizycznej!



AUTOTERAPIA

Profilaktyka urazów i przeciążeń na stanowisku pracy.

- Krótkie sesje warsztatowe prowadzone przez fizjoterapeutę z wykorzystaniem piłeczek do autoterapii i masażu mięśniowo-powięziowego.
- Nauka metodyki wykonywania autoterapii z użyciem piłeczek - do dalszego samodzielnego wykonywania w przerwach w pracy.
- Profilaktyka przeciążeń i schorzeń układu szkieletowo-mięśniowego.
- Autoterapia jako skuteczna metoda redukcji napięć mięśniowych.



ZDROWY KRĘGOSŁUP

Warsztat Praktyczny

- Zestaw ćwiczeń profilaktycznych na utrzymanie zdrowego kręgosłupa.
- Demonstrowanie technik rozluźniania i rozciągania mięśni nadmiernie napiętych i przemęczonych podczas pracy.
- Nauka posługiwania się taśmami, piłeczkami do automasażu powięziowo-mięśniowego.



PODNOSENIE ŁADUNKÓW

Warsztaty grupowe - techniki podnoszenia i przenoszenia ładunków

- Bezpieczne sposoby i techniki podnoszenia ciężarów, pchanie, ciągnięcie, schyłanie się i utrwalenie prawidłowych zachowań.
- Profilaktyka i redukcja urazów spowodowanych przeciążeniami w trakcie wykonywania pracy na stanowisku;
- Eliminacja najczęściej popełnianych błędów i złych nawyków



EGZOSZKIELETY

Odkryj przyszłość pracy już teraz! Dzięki naszym warsztatom nauczysz się wykorzystywać zaawansowane technologie, takie jak egzoszkielety, aby zwiększyć swoją wydajność i komfort pracy.

Dowiedz się, jak korzystać z najnowocześniejszych narzędzi, aby unikać kontuzji, redukować zmęczenie i pracować bardziej efektywnie. To szansa, której nie możesz przegapić!



WARSZTATY Z EKOLOGII

Celem warsztatów jest edukacja z zakresu ekologii w pracy i życiu codziennym.

Zaprezentowanie prostych rozwiązań pro-środowiskowych do zastosowania w biurze i w domu.



WARSZTATY Z DIETETYKI

Celem warsztatów jest edukacja z zakresu świadomości nie tylko w doborze tego co jemy i jaki to ma wpływ na nasz organizm, ale przede wszystkim jak odżywiać się zdrowo, jak nasz organizm lubi zagryzać stres, jak przeciwdziałać niewłaściwym nawykom żywieniowym.



ALKOGOGLE

Stanowisko w formie zabawowej z dużą dozą uświadamiania jak alkohol wpływa na naszą percepcję i motorykę.

Stanowisko nastawione na dużą dozę zabawy i interakcji z użytkownikami, których wystawiamy na Bycie trzeźwymi w niesprzyjających warunkach :)



KONTAKT



4 HELP
VR

