**Första hjälpen Hjärt-Lungräddning med inriktning fritidsskador för Barn Vuxen 6 h**

*Utbildningens innehåll uppfyller Arbetsmiljölagstiftningens grundkrav i första hjälpen som beskrivs i Arbetsmiljöverkets författningssamling – AFS 1999:7*

**Kursen ger dig grundläggande kunskaper** i första hjälpen till barn inklusive hjärt-lungräddning, samt kunskap om hur du kan agerar vid fritidsskador. Vi vill göra dig trygg genom att erbjuda en utbildning med en väl genomtänkt pedagogik och metodik där 70% av kursen utgörs av praktiska övningar och 30 % teori. Det ingår även samspelsövningar där verkliga scenarier iscensätts.

**Efter kursen skall deltagarna:**

* Kunna kontrollera livstecken
* Kunna skapa en öppen luftväg
* Kunna placera en medvetslös person i stabilt sidoläge
* Kunna larma
* Känna till 1177 Vårdguiden
* Kunna utföra hjärt-lungräddning på vuxen samt barn över 1 år
* Känna till hur en hjärtstartare används i kombination med hjärt-lungräddning.
* Kunna hjälpa till att få bort ett föremål vid luftvägsstopp
* Kunna lägga ett tryckförband vid blödning
* Kunna förebygga cirkulationssvikt
* Känna till första hjälpen-åtgärder vid stukning, urledvridning och benbrott
* Känna till första hjälpen-åtgärder vid sår- och brännskador
* Känna till första hjälpen-åtgärder vid skallskador
* Känna till hur de kan förebygga olycksfall
* Känna till vikten av att tänka på egen och andras säkerhet i olyckssituationer
* Känna till det mest grundläggande i psykologisk första hjälp
* Känna till hur man organiserar och handlar på en olycksplats

**Utbildningsform:** Kursen genomförs enligt Röda Korsets plattform för lärande och med ca 70% praktiska övningar och ca 30% teori.

**Utbildarens kompetens:**Specialutbildning Första hjälpen, certifierade av Röda Korset.

**Deltagarnas förkunskaper**: Inga speciella förkunskaper krävs för deltagarna.

**Utbildningens längd: 6** h, kan med fördel delas upp på två utbildningstillfällen

**Antal personer:**max 14 deltagare

**Plats:**Vi utbildar på er arbetsplats

**Intyg**: Alla deltagare får efter genomförd utbildning ett personligt utbildningsbevis utfärdat

av Röda Korset. I intyget återfinns även en dokumentation av de viktigaste

 handgreppen och momenten som utbildningen omfattade.

**Pris** Begär offert

Vänliga hälsningar

Maria Patriksson Utbildningsansvarig ABC RÄDDALIV