

Utbildning i

Första hjälpen och HLR med hjärtstartare

En Första hjälpen och HLR utbildning ger dig den kunskap och de färdigheter du behöver för att hantera en nödsituation. Du lär dig hur du bedömer situationen, ger första hjälpen och utför hjärt-lungräddning (HLR).

Om utbildningen

Att kunna ge första hjälpen kan rädda liv. Varje år drabbas tusentals personer i Sverige av hjärtstopp, stroke, olyckor och andra akuta tillstånd. Om du har rätt kunskap kan du göra skillnaden mellan liv och död.

För vem?

Denna utbildning vänder sig till alla personer, oavsett roll eller arbetsplats.

Innehåll

Första hjälpen:

- Teori och praktiska övningar
- HLR med hjärtstartare enligt HLR-rådets riktlinjer
- Beredskap och rutiner för Första hjälpen
- Krisstöd
- Rapportering av tillbud och olyckor
- Egna arbetsplatsens rutiner för Första hjälpen
- Information akuta sjukdomar ex. hjärtsjukdom, stroke, diabetes och Ep

Baserad på regelverk

AFS 2023:2: Planering och organisering av arbetsmiljöarbete
AFS 2023:12: Utformning av arbetsplatser

Längd

4 timmar

Giltlighetstid

Svenska HLR-rådet rekommenderar repetition varje år. Arbetsmiljöverkets föreskrifter kräver att man ska ta hänsyn till verksamhetens art, omfattning och de särskilda risker som finns och säkerställa att det finns tillräckligt antal personer som kan ge första hjälpen tillgängliga på arbetsstället. Åtgärder skall vidtas för att kunskaper och färdigheter i första hjälpen hålls aktuella.

Förkunskaper

Inga förkunskaper krävs.

Övrigt

Efter genomförd och godkänd utbildning erhåller varje deltagare ett personligt intyg som bevis på sina kunskaper.