



Ydelseskatalog

**ET INTERNT OVERBLIK AF YDELSER, TIL INSTRUKTØRER I
RÅDGIVNING & UDDANNELSE**

RETTELSER/FORSLAG SENDES TIL: A.K. EBBESEN | annebb@hbr.dk

Ved kundesamtale om **priser**, sig "du bliver kontaktet af beredskabsrådgiver". Du kan ikke give kunden en konkret pris, da den baseres på flere kommunale- og kursusvilkår, som er forskellige for hver kundetype.

Indhold

Kategorier	2
Beredskab	2
Brand	2
Førstehjælp	2
Pædagogiske	3
Beskrivelser	3
ABA	3
Basal førstehjælp til børn	4
Beredskabsleder	4
Beredskabsleder - vedligehold	5
Beredskabsplan - Foredrag	5
Beredskabsplan - Rådgivning	5
Beredskabsvagt	6
Beredskabsvagt, vedligehold	6
Brandevakueringsøvelse	7
Brugerkursus tryklufteapparat	7
Elementær Brandbekæmpelse	8
Elementær brandbekæmpelse - instruktør	9
Førstehjælp for voksne med ansvar for børn	9
Førstehjælp med særligt ansvar	10
Førstehjælp v. hjertestop	10
Førstehjælpsinstruktør	10
Førstehjælpsinstruktør, vedligehold	11
Førstehjælpstilvalg: Blødninger	12
Førstehjælpstilvalg: Kemiske påvirkninger	12
Førstehjælpstilvalg: Småskader	12
Førstehjælpstilvalg: Skader på bevægeapparatet	13
Førstehjælpstilvalg: Sygdomme	13
Førstehjælpstilvalg: Temperaturpåvirkninger	13

Hjælperøgdykker.....	14
Hjælperøgdykker, vedligehold	14
Medborgerførstehjælp.....	14
Opdatering – førstehjælp v. hjertestop	10
Slukkertilsyn	15
Varmt arbejde.....	15
Voksenpædagogisk kursus	16

Kategorier

Beredskab

Kurser	• Beredskabsleder • Beredskabsleder - vedligehold • Beredskabsvagt • Beredskabsvagt - vedligehold
Foredrag	• Beredskabsplanforedrag
Rådgivning	• Beredskabsplan

Brand

Kurser	• ABA • Brugerkursus tryklufatsapparat • Elementær brandbekæmpelse & Kend din egen bygning • Elementær brandbekæmpelse - instruktør • Driftsansvarlig Brand • Hjælperøgdykker • Hjælperøgdykker - vedligehold • Slukkertilsyn • Varmt arbejde
Foredrag	• Undgå brand i hjemmet
Øvelser	• Brand og evakueringsøvelse • Brand og evakueringsøvelse som audit

Førstehjælp

Basiskurser	• Førstehjælp ved hjertestop • Basal førstehjælp til børn
Funktionskurser	• Førstehjælp for voksne med ansvar for børn • Medborgerførstehjælp • Førstehjælpere med særligt ansvar
Tilvalgskurser	• Blødninger • Kemiske påvirkninger

	• Småskader • Skader på bevægeapparatet • Sygdomme • Temperatur påvirkninger
Opdateringskurser	• Opdatering i førstehjælp ved hjertestop

OBS. Tilvalgsuddannelser kan kombineres frit, med kræver som udgangspunkt at en eller flere basisuddannelser er gennemført. Jeres institution eller skole kan selv vælge hvilke kurser der passer jer. Vi rådgiver jer til det bedste valg og går ofte i dialog og pakkelsninger eller andre aftaler. Vores anbefalinger til jer, er altid opdateret og tidssvarende med jeres nuværende risikobillede.

Pædagogiske

Kurser	• Voksen pædagogisk grunduddannelse • Førstehjælpsinstruktør • Førstehjælpsinstruktør vedligeholdelse
---------------	---

Beskrivelser

ABA

Giver indsigt i brandsikringsanlæggets funktion og betjening af automatiske brandalarmeringsanlæg (ABA-anlæg), samt viden om ansvar og pligter.

Målgruppe: Bygningsejer eller driftsansvarlige - personer og medarbejdere, som i deres daglige virke er driftsansvarlige for ABA-anlæg.

Hvorfor? Virksomheden skal ved lovkrav (BR18 + DBI retningslinje 232) have et alarmeringssystem, men ved de hvordan det virker og hvordan de skal bruge det, hvis der opstår brand? Kurset klæder den driftsansvarlige på til at kunne løfte netop denne opgave.

- Kurset dygtiggør den driftsansvarlige, i at sikre brandalarmeringsanlæg virker som det skal, og at fundne fejl og mangler forbedres med det samme.

Varighed: 4 timer

Indhold:

- Brandteori
- Operative forhold ved alarmafgivelse
- Lovgivning
- Detektortyper
- Orienteringsplaner
- Drifts- og alarminstruks
- Driftsansvarliges ansvar og pligter
- Brandtekniske installationer

Basal førstehjælp til børn

Giver kursisten viden og kompetencer til at kunne yde relevant førstehjælp ved hjertestop samt ved fremmedlegemer i luftvejene til børn.

Målgruppe: Personer der skal kunne yde relevant førstehjælp til bevidstløse børn med eller uden normal vejrtrækning samt kan give korrekt førstehjælp til et barn med fremmedlegeme i luftvejen. Der kræves ingen forudsætninger for at deltage på dette kursus dog skal deltageren være fyldt 16 år.

Hvorfor? Børn er nysgerrige og livlige lige fra de bliver født. En pludselig bevægelse og et øjebliks uopmærksomhed kan være nok til, at barnet falder på gulvet med hovedet først. Hvert år kommer ca. 2.000 børn under 1 år på skadestuen, mens ca. 31.000 børn i alderen 1-4 år må på skadestuen pga. uheld eller ulykker. Førstehjælp til børn kan være afgørende for, at en ulykke ikke bliver livstruende.

Varighed: 4 timer

Indhold:

- Bevidsthedstilstande
- Overlevelseskæden
- ABC metoden
- Førstehjælp til bevidstløse børn med normal vejrtrækning
- Stabilt sideleje
- Førstehjælp til bevidstløse børn uden normal vejrtrækning
- Brug af hjertestarter til børn samt førstehjælp til børn med fremmedlegemer i luftvejene

Beredskabsleder

Gør den driftsansvarlige selvssikker i rollen som beredskabsleder, igennem en grundlæggende viden om BR18 og forebyggelse.

Målgruppe: Driftsansvarlige for mellemstore og store virksomheder

Hvorfor? Risikobilledet kan hurtigt vokse hvis ingen i virksomheden har lederansvar for beredskab. Erstatninger for det der betegnes som "millionbrande" i erhvervsbygninger i 2019, svarede til næsten 800 mio. kroner.

- Ved at uddanne en medarbejder til beredskabsleder vil de blive rustet til at forebygge og forhindre ulykker der fører til skader og værditab for virksomheden. Samtidig vil medarbejderen fungere som en vigtig medspiller og ressourceperson for beredskabsmyndigheder.

Varighed: 4 moduler af 3 dages varighed

Indhold: Du bliver klædt på til at planlægge og gennemføre krisestabsøvelse, brand- og evakueringsøvelser, udarbejde beredskabsplaner og foretage forebyggende audits af egne bygninger. Desuden lærer du om principperne for indsatsledelse af et skadested, og du bliver rustet til at træffe hurtige beslutninger i pressede situationer samt at iværksætte en værdiredningsplan.

På uddannelsen bliver der udstedt en række kompetencegivende kursusbeviser: Elementær brandbekæmpelse, slukkertilsyn, ABA-drift- og vedligeholdelse 005. Det bliver afsluttet med et samlet uddannelsesbevis for Beredskabslederuddannelsen. Ved at uddanne en medarbejder til beredskabsleder får virksomheden større kendskab til sikkerhed med særligt fokus på

forebyggelse. Samtidig vil beredskabslederen kunne fungere som en vigtig medspiller og ressourceperson for myndigheder og samarbejdspartnere.

Moduler:

1. Lovgivning og forebyggelse
2. Beredskabsplanlægning
3. Når skaden er sket (teori)
4. Når skaden er sket (praktik)
5. Bygningsreglementet og Tekniske Forskrifter
6. ABA-anlæg og Driftsmæssige Forskrifter

Beredskabsleder – vedligehold

Formål: Vedligehold af kompetencer på "Beredskabsleder" kursus.

Målgruppe: Se "Beredskabsleder"

Varighed: 8 timer

Beredskabsplan – Foredrag

Medarbejdere og leder får grundigt kendskab til deres beredskabsplan, ulykkehåndtering, osv.

Målgruppe: Alle virksomheder og institutioner med en beredskabsplan.

Hvorfor? En ulykke kan blive værre hvis ikke medarbejdere og leder ved hvad de skal gøre, hvis ulykken sker. Mange virksomheder har en beredskabsplan, men ved ikke hvordan det vedrører dem eller hvad der skal ske hvis krisen rammer.

- Foredraget giver medarbejdere indsigt i krisehåndtering og risiko-siden af deres virksomhed, så de er klar til at handle hvis brand eller ulykken opstår.

Varighed: 2 timer

Indhold: I klædes på, til at kunne håndtere de mest generelle ulykker der forekommer på institutioner, virksomheder og boligbygninger. Kan indeholde: "Kend din egen bygning uden EB"

Beredskabsplan – Rådgivning

Hjælper medarbejdere og ledere forstå hvad der skal til, for at begrænse eller forhindre ulykker.

Målgruppe: Medarbejdere og ledere i alle typer virksomheder

Hvorfor? Hvis krisen rammer uden virksomheden, har en plan, hvordan skal den så styres og håndteres?

- Beredskabsplanen kan hjælpe jer, så I føler jer rustet til at kunne være med til at begrænse eller måske endda forhindre ulykker. Den beskriver også hvad man skal gøre, hvis der opstår en ulykke og hvad man kan gøre i reetableringsfasen. Den er med til at skabe en tryk hverdag, for både ledere, personale, elever, kunder og andre brugere af bygningen.

Det er vigtigt, at alle i virksomheden forstår planens indhold. Derfor anbefaler vi, at der investeres i et beredskabsforedrag, hvor vi gennemgår planen med jer – sådan at I klædes yderligere på, til at kunne håndtere de hændelser, vi erfaringsmæssigt ved, sker hver dag rundt omkring i virksomheder og institutioner.

Varighed: 3 timer

Indhold:

- Brand – og evakueringsinstrukser
- Før (forebyggelse)
- Under (instrukser)
- Efter (reetablering)
- Tjeklister
- Øvelseskatalog

- Lovgivning
- Brandtekniske anlæg
- Ordliste
- PLOV (tilkøb)
- Særlige forhold (tilkøb)
- Flugtvejsplaner (tilkøb)
- Værdiredningsplaner (tilkøb)

Beredskabsvagt

Deltageren får den viden, forståelse og færdigheder, som sætter dem i stand til at virke som beredskabsvagt på det forebyggende og operative område, herunder kunne virke som brandvagt ved arrangementer og ved "varmt arbejde". Virksomheder og institutioner kan styrke deres Eget Beredskab* ved at lade deres medarbejdere gennemgå beredskabsvagt-uddannelsen.

Målgruppe: Personer, der skal indgå i virksomhedens daglige beredskab. For medarbejdere, der i forvejen har uddannelsen som Hjælperøgdykker, som bruges i virksomheders og institutioners "Eget Beredskab".

Hvorfor? Større virksomheder har ofte mere komplekse risikobilleder, og større behov for særligt udpegede og uddannede beredskabsspecialister.

- En uddannet beredskabsmedarbejder kan bedre aflæse om der er risiko for brand eller hændelser, og på den måde sikre forebyggelse i virksomheden. : Efter beredskabsvagtkurset kan medarbejderen indgå i virksomhedens brandtilsyn og virke som beredskabsvagt (brandvagt) ved arrangementer, hvor enten brandvæsenet eller virksomheden selv har stillet krav om dette.

Beredskabsvagtuddannelsen skal vedligeholdes med et 8-timers kursus hvert andet år. Vi forsøger løbende at samle kursister sammen til et helt hold, du kan forhåndstilmelde dig på nedenstående formular.

Varighed: 8 timer

Indhold:

- Beredskabsvagtens opgaver
- Byggelovgivningen
- Beredskabsloven
- Brandtekniske installationer
- Driftsmæssige Forskrifter
- Evakueringsprincipper
- Orientering om "Varmt arbejde"
- Alarmering

*Eget Beredskab

Eget Beredskab er virksomheder og institutioners mulighed for at uddanne eget personale, der kan assistere redningsberedskabet med forebyggende arbejde og samtidig være med til at gøre en forskel i tilfælde af brand eller ulykke. *Eget Beredskab* bygger på en gensidig samarbejdsaftale mellem virksomheden og beredskabet, som indeholder en Hjælperøgdykker- og Beredskabsvagtordning.

Beredskabsvagt, vedligehold

Opretholdelse af kompetencer som uddannet beredskabsvagt.

Målgruppe: "Eget beredskabs" virksomheders beredskabsvagter.

Hvorfor? Se "Beredskabsvagt".

Varighed: 8 timer

Brandevakueringsøvelse

Afprøvning af evakueringsinstrukser. Test om virksomheden er kriseparat, og medarbejderne alle kender flugtveje og samlingssteder.

Målgruppe: Virksomheder og institutioner

Hvorfor? Flugtveje er sjældent kendt hvis ikke de bliver testet. Medarbejdere kan være vandt til, at bruge specifikke udgange som ikke er flugtveje, men tværtimod farlige i en brandsituation.

- Hvis krisen opstår, bliver den værre hvis medarbejderne ikke ved, hvad de skal gøre. Hvor godt er virksomheden klædt på til krise? Fungerer flugtvejsplanen i praksis? Og holder brandinstruksen? Alle svar får virksomheden først, når den bliver testet. Det er krav for skoler at holde øvelser.

Varighed: 1.5 timer

Typer:

- Varslet øvelse
- U-varslet øvelse
- Øvelse afholdt som audit

Inden øvelsen:

- Brandinstruks skal højst indeholde 6 punkter, da det ikke er meningen, at medarbejdere skal stå og læse den, men forstå den ved blot at kaste et blik på den. Mange forveksler brandinstruks med beredskabsplan.
- Parametre for øvelsen aftales med leder – med eller uden røg? (Mennesker er vanedyr bruger samme udgangsrutine – også i en krise. Røg hjælper med at stoppe få sat en stopper for denne rutine, og et fokus på nødudgange.)
- Situationsbillede af virksomheden dannes – har de ABA? Intern varslings? Intranet varslings? Alt dette skal undersøges inden øvelsen.
- Aftal resultatønske med leder og tag udgangspunkt i sidste øvelses- eller tilsynsrapport.

Indhold:

1. Aftale med virksomhedens ledelse.
2. Vi kontakter alarmcentralen og varslers øvelsen, så der ikke responderes på 112 opkald.
3. Observatører (brandfolk) placeres på strategiske steder, klar til at tage noter (forberedt skema). 1 person pr. etage, 1 pr. samlingssted, og evt. 1 til betjening af røgmaskine. Observatører får også radioer til at holde kontakt med hinanden under øvelsen.
4. Øvelse igangsættes. All skal evakueres til samlingsstedet.
5. Øvelse forbi. Instruktør får observatørernes bemærkninger.
6. Øvelsen evalueres mundtligt sammen med medarbejdere.
7. Møde med ledelsen og mere dybdegående evaluering og anbefalinger.
8. Skriftlig rapport.
9. Supplerer med tilbud om beredskabsforedrag.
10. Næste år (SOF skal have hvert eneste år) læses rapporten, og der følges op med ledelsen.

Vilkår: HBR har kun ansvar for selve øvelsen. Leder har ansvar for alt andet. Aftale og evaluering på skrift. Der skal være en etageansvarlig for hver etage i bygninger. Det er en funktion og ikke en person, med opgave at evakuere egen etage, sikre folk er ude og branddøren er lukket. Til denne funktion bør der være en gul vest på hver etage, med etagenummer på ryggen, så de nemt kan identificeres af folk til opstilling på samlingssted.

Brugerkursus tryklufatsapparat

Kendskab, viden og kompetence til at bruge et tryklufatsapparat i arbejdssituationer, hvor den omkringliggende atmosfære ikke er sikkerheds- eller sundhedsmæssig forsvarlig.

Målgruppe: Funktionsspecifik kursus til virksomheder med medarbejder der jævnligt bruger udstyret, fx kloak- eller brøndarbejder.

Hvorfor? Tryklufatsapparater der ikke bruges korrekt eller uden træning medfører risiko for kvælning.

- Med brugerkursus i tryklufatsapparater, er den ansvarlige medarbejder mere sikker, og tryk i sin arbejdsopgave.

Varighed: 4 timer

Indhold:

- Kendskab til åndedrættet
- Kendskab til kontrol og klargøring af tryklufatsapparat
- Viden om påtagning af tryklufatsapparat

Driftsansvarlig Brand

Vær klar til brandsyn, og bliv sparringspartner for egen organisationen, om forebyggelse og krav til brandsikkerhed.

Målgruppe: Ledere og bygningsansvarlige i institutioner og virksomheder.

Hvorfor? Brand kan forsinke drift betydeligt, eller standse den fuldstændig, på en måde virksomheden ikke kommer sig over. Forebyggelse er ikke en selvfølge, men handler om at komme foran de forhold, der ellers ville kunne forårsage mulige hændelser, både de sjældne ulykker og hverdagens vedligehold.

- Kurset giver den driftsansvarlige brugbar og nødvendig viden til både at opfylde lovkrav og forskrifter, og på den måde bedre mulighed for at tænke strategisk forebyggelse ind i driften.

Varighed: 3.5 timer

Indhold:

- Kende til sagsbehandlingen og drift af bygninger
- Kendskab til brandsynsterminer og kategorier
- Kendskab til opbygningen af driftsmæssige forskrifter
- Kendskab til påbud og forbud (sanktionsmuligheder)
- Kan tyde og forstå en brandsynsrapport

Elementær Brandbekæmpelse

Giver et teoretisk og praktisk kendskab til elementær brandbekæmpelse, brandforebyggelse og de mulige konsekvenser ved en brand på en arbejdsplads eller i hjemmet. Deltageren vil også opnå en vis fortrolighed med anvendelse af brandudstyr.

Målgruppe: Virksomheder, institutioner og læreanstalter, enkeltpersoner og alle andre der ønsker et basalt kendskab til brandforebyggelse og brandbekæmpelse.

Hvorfor? Panik og uvidenhed kan hurtigt standse hvad der ellers kunne være en fornuftig brandslukning. Når der opstår en brand, er de første minutter ofte afgørende. Det har stor betydning for omfanget af branden, at en eller flere personer er i stand til at handle hurtigt og sikkert, så der ikke opstår panik og unødigt skade på personer og bygninger, inden beredskabet når frem.

- Ved teori og praktiske øvelser på kurset, får deltageren den viden og de færdigheder, der gør, at de kan evakuere arbejdspladsen og hindre at branden kommer ud af kontrol – under hensyntagen til egen sikkerhed.

Varighed: 3 timer

Indhold:

- Brandforebyggelse

- Brandtrekanten
- Forbrændings- og slukningsteori
- Brand- og evakueringsinstruks
- Slukningsmetoder og slukningsmidlers anvendelse
- Praktiske øvelser med brandslukning

Elementær brandbekæmpelse - instruktør

Giver deltageren teoretisk og praktisk kendskab til elementær brandbekæmpelse, brandforebyggelse og de mulige konsekvenser ved en brand på et niveau så deltageren selv kan fungere som instruktør.

Målgruppe: Personer der underviser i det daglige og som derfor har en voksenpædagogisk baggrund.

Hvorfor? Fem indåndinger af brandrøg er nok til at miste bevidstheden. At prøve at slukke en brand er derfor en uundværlig fordel, hvis brand opstår, og endnu større fordel, hvis du kan undervise andre i det. Brandbekæmpelse styrkes, ikke kun på den virksomhed eller institution der får en instruktør der kan undervise andre, men også i samfundet i det hele taget, da fagligheden spredes sig fra virksomhed til hjem.

- Gennem instruktørkurset kan brandbekæmpelsesundervisningen tilpasses, så den passer lige præcis til virksomheden eller institution.

Varighed: 7 timer

Indhold:

- Brandteori: Brandtrekanten, Brandens forløb og brandens spredning, Brand i væsker, Redning, alarmering, evakuering og flugtvejsprincipper, Slukningsmetoder (vand, pulver, CO2 og brandtæppe)
- Håndslukningsredskaber: Opbygning og virkemåde (køle-, kvæle- og antikatalytisk effekt), Tømningstider og kastelængde, Betjening af CO2, vandlukker og brandtæppe
- Praktik: Frituregryde, Brand i faste materialer, brand i væsker, Ild i person

Førstehjælp for voksne med ansvar for børn

Bliv særlig kompetent og forberedt til skader i en specifik børnefunktion. Funktionsuddannelsen Førstehjælp for voksne med ansvar for børn sætter deltageren i stand til at handle ved hjertestop og fremmedlegemer i luftvejene hos børn samt give relevant førstehjælp ved tilskadekomst, forgiftninger og sygdomstilfælde der medfører ændringer i bevidsthed eller vejrtrækningsbesvær.

Målgruppe: Institutionsmedarbejdere og ledere.

Hvorfor? Det er vigtigt, at børn og unge er trygge – også når ulykker indtræffer. De og deres forældre skal kunne stole på, at de voksne, der passer på dem og ved hvad de skal gøre, når det går galt. Hvert år kommer over 94.000 børn mellem 0-9 år til skade ved en ulykke.

- Kendskab og træning i førstehjælp kan være en afgørende faktor i udfaldet, når et barn kommer alvorligt til skade. Kurset hjælper og klæder dig på til at håndtere både små og store ulykker.

Førstehjælpskursets kompetencer gælder officielt i 2 år, og skal derefter opdateres med et vedligeholdelseskursus.

Varighed: 7 timer

Indhold:

- Førstehjælp ved hjertestop
- Førstehjælp og forebyggelse til børn
- Særtillæg 6 førstehjælp for voksne med ansvar for børn

Førstehjælp med særligt ansvar

Gennemgang af alt førstehjælp til dem der skal være førstehjælpsinstruktører, inden uddannelsen, eller til dem der vil specialisere sig.

Målgruppe: Uniformbærende personale, personer der har behov for en bred førstehjælpsuddannelse eller personer der ønsker at kunne håndtere store som små hændelser.

Hvorfor? Deltagere på førstehjælpsinstruktørkursen har brug for den rette baggrundsviden inden de skal på instruktørkursen.

- Dette grundkursus giver kommende førstehjælpsinstruktører det bedste ballast, at blive instruktører på. Få den bedste start på førstehjælpsinstruktørkursen.

Varighed: 12 timer

Indhold:

- Førstehjælp ved hjertestop
- Førstehjælp ved ulykker del 2
- Førstehjælp ved blødninger
- Førstehjælp ved skader på bevægeapparatet
- Førstehjælp ved småskader
- Førstehjælp ved sygdomme
- Særtillæg 4: Forbrændinger, ætsninger og forgiftninger

Førstehjælp v. hjertestop

Giver deltageren den nødvendige viden og de færdigheder, der skal til, for at kunne yde førstehjælp i forskellige situationer.

Målgruppe: Alle virksomheder og offentlige institutioner.

Hvorfor? I Danmark sker der en ulykke hvert halve minut og altid, når man mindst venter det.

- Med et førstehjælpskursus er du godt klædt på til at handle, og vide hvad du skal gøre, hvis ulykken sker.

Varighed: 6 timer

Indhold:

- Repetition af indhold fra de to basisuddannelser "førstehjælp ved hjertestop" og "førstehjælp ved ulykker"
- Udførelse af førstehjælp til blødninger
- Udførelse af førstehjælp ved forbrændinger og skoldninger
- Udførelse af førstehjælp ved forgiftninger
- Udførelse af førstehjælp ved ætsninger
- Nødflytning

Førstehjælp v. hjertestop - opdatering

Kompetencer i førstehjælp v. hjertestop vedligeholdes.

Målgruppe: Alle der har været til kursus i førstehjælp v. hjertestop.

Varighed: 3 timer

Indhold:

- Repetition af indhold af "Førstehjælp ved hjertestop"
- Repetition af indhold af "Førstehjælp ved ulykker"
- Øvrige emner

Førstehjælpsinstruktør

Viden, øvelse og rutine i førstehjælp, samt pædagogisk grundtræning, til at undervise andre i førstehjælp.

Målgruppe: Politi, Kørelærere, institutionsmedarbejdere, skolelærere og alle der arbejder på arbejdspladser med mange medarbejdere.

Hvorfor? Statistisk set kommer alle danskere ud for at skulle yde førstehjælp mindst en gang i livet. Hvert år får 3.500 danskere hjertestop uden for et hospital. I dag får 65 % af dem, der falder om med hjertestop førstehjælp af tilfældigt forbipasserende. I 2001 var dette tal kun 20 %. Dette viser, at interessen for førstehjælp blandt danskerne er stigende, og at vi sammen kan få overlevelsesprocenten for alvorlige ulykker op.

- Førstehjælpsniveauet højnes, ikke kun på den virksomhed eller institution der får en førstehjælpsinstruktør, men også i samfundet i det hele taget. Førstehjælpsfærdighederne kan også bedre tilpasse førstehjælpsundervisningen så den passer lige præcis til deres virksomhed eller institution.
- På kurset vil du lære hvordan du tilrettelægger, gennemfører og evaluerer førstehjælpsundervisning. Du vil få forståelse og indsigt i den førstehjælpsfaglige viden, blive trænet i forskellige pædagogiske undervisningsmetoder og arbejde med praktiske øvelser, der vil sikre den højst mulige indlæring hos dine kursister. Du bliver i stand til at undervise på alle Dansk Førstehjælpsråds uddannelser og at udstede førstehjælpsbeviser.

Adgangskrav til undervisningen: Gennemført voksenpædagogisk uddannelse og gennemført førstehjælpskursus på 12 timer – "funktionsuddannelsen førstehjælper med særligt ansvar".

Varighed: 74 timer / 10 dage

Indhold:

Førstehjælpsinstruktøruddannelsen er skemasat til 74 timer, men der må påregnes et betydeligt merforbrug af timer i forhold til forberedelse af egne kursistlektioner.

Kurset afholdes ikke som internat.

Kurset afsluttes med en praktisk eksamen, hvor kursisten bedømmes på tre områder:

- Gennemførelse af eksamenslektion.
- B-spørgsmål (paratviden)
- Hjerte-Lunge redning uden brug af AED

Bedømmelsen foretages af ekstern censor godkendt af Dansk Førstehjælpsråd.

Der udstedes kompetencegivende bevis ved bestået eksamen. Beviset giver adgang til undervisning i førstehjælp under Dansk Førstehjælpsråd.

For at deltage på førstehjælpsinstruktør uddannelsen stilles følgende adgangskrav:

- Bestået Voksenpædagogisk Grundkursus eller anden relevant uddannelse.
- Førstehjælpsuddannelsen "Førstehjælper med særligt ansvar"

Der kan tildeles merit for ovenstående krav. Hvorvidt der tildeles merit beror på en konkret og individuel vurdering. Forudsætninger:

- Voksenpædagogisk Basisuddannelse.
- Førstehjælper med særligt ansvar.

Førstehjælpsinstruktør – vedligehold

Gentræn og oprethold kompetencer i førstehjælpsinstruktion

Målgruppe: Kurset er for alle, der skal have opdateret deres førstehjælpsinstruktørbevis.

Hvorfor? For at bibeholde kompetence til undervisning i førstehjælp under dansk Førstehjælpsråd, er det et krav, at den enkelte instruktør deltager på et vedligeholdelseskursus

hvert 5. år. Såfremt dette ikke sker, bortfalder kompetencen til at undervise for Dansk Førstehjælpsråd og derved retten til at udstede kompetencegivende beviser.

Varighed: 8 timer

Førstehjælpstilvalg: Blødninger

Genkend livstruende blødninger og er i stand til at standse og evt. forbinde disse under samtidig brug af førstehjælpens hovedpunkter.

Målgruppe: Deltagere der allerede har været på basis førstehjælpskursus.

Varighed: 1.5 timer

Indhold:

- Førstehjælp ved større blødninger
- Førstehjælp ved synlige mindre blødninger
- Førstehjælp ved indre blødninger
- Forebyggelse af kredsløbssvigt relateret til blødninger
- Evaluering og bevisudlevering

Førstehjælpstilvalg: Kemiske påvirkninger

Lær at håndtere og behandle kemiske påvirkninger. Bliv handleklar i førstehjælpsituationer med forgiftninger og ætsning og lær at forebygge disse i hverdagen.

Målgruppe: Deltagere der allerede har været på basis førstehjælpskursus.

Varighed: 30 min.

Indhold:

- Forebyggelse i forhold til forgiftninger og ætsninger
- Giftlinjen og brug af denne
- Førstehjælp til forgiftede personer
- Førstehjælp ved ætsninger på huden, i øjnene og ved indtagelse
- Praksisnære scenarier og øvelser

Førstehjælpstilvalg: Småskader

Lær at håndtere og behandle småskader, herunder skader forårsaget af kæledyr (hunde, katte, m.v.), planter i Danmark, fremmedlegemer i hud, øre og næse samt øjne, tandskader, næseblod, mindre forbrændinger og ætsninger, mindre stik og snitsår, slag, hovedskader, mindre sår og hudafskrabninger.

Målgruppe: Deltagere der allerede har været på basis førstehjælpskursus.

Varighed: 1.5 timer

Indhold:

- Førstehjælp ved småskader forårsaget af dyr og planter
- Førstehjælp ved fremmedlegemer i hud, ører, næse og øjne
- Førstehjælp ved tandskader
- Førstehjælp ved næseblod
- Førstehjælp ved mindre forbrændinger og ætsninger
- Førstehjælp ved mindre stik- og snitsår, slag, mindre sår og hudafskrabninger

Førstehjælpstilvalg: Skader på bevægeapparatet

Lær at håndtere og behandle skader på bevægeapparatet samt ved hovedskader, og samtidig vurdere hvornår der skal tilkaldes hjælp, henvises til læge/skadestue eller behandlingen kan afsluttes af førstehjælperen.

Målgruppe: Deltagere der allerede har været på basis førstehjælpskursus.

Varighed: 1.5 timer

Indhold:

- Førstehjælp ved skader på bevægeapparatet
 - Knoglebrud
 - Ledskred
 - Forstuvninger
 - Brud på hofte og/eller bækken
- Førstehjælp ved hovedskader
 - Hjernerystelse
 - Åbent og lukket kraniebrud
 - Blødning mellem hjerne og kranie
- Praksisnære scenarier med hovedvægten lagt på træning af genkendelse af symptomer og træning af færdigheder

Førstehjælpstilvalg: Sygdomme

Lær at handle hensigtsmæssigt ved akut opståede situationer i forbindelse med sygdom og kan vurdere og yde den relevante førstehjælp i kritiske eller livstruende sygdomssituationer.

Målgruppe: Deltagere der allerede har været på basis førstehjælpskursus.

Varighed: 1,5 timer

Indhold:

- Førstehjælp til sygdomme der påvirker centralnervesystemet
 - Førstehjælp ved stroke (blodprop/blødning i hjernen)
 - Førstehjælp ved kramper/epilepsi
 - Feberkramper
 - Førstehjælp ved diabetes
- Førstehjælp til sygdomme der påvirker åndedrætssystemet
 - Førstehjælp ved astma
 - Førstehjælp ved kronisk bronkitis og KOL
 - Førstehjælp ved falsk strubehoste
 - Førstehjælp ved alvorlig allergisk reaktion
- Førstehjælp til sygdomme der påvirker kredsløbssystemet
 - Førstehjælp ved blodprop i hjertet/hjertekrampe
 - Førstehjælp ved sygdomme med akutte smerter i maveregionen
 - Førstehjælp ved dehydrering
- Praksisnære scenarier øves med hovedvægten på træning

Førstehjælpstilvalg: Temperaturpåvirkninger

Lær at handle ud fra førstehjælpens hovedpunkter og give relevant førstehjælp ved varmepåvirkning eller kuldepåvirkning af en person uanset om påvirkningen er lokalt på huden eller på hele kroppen.

Målgruppe: Deltagere der allerede har været på basis førstehjælpskursus.

Varighed: 1 time

Indhold:

- Førstehjælp ved hedeslag
- Førstehjælp ved forbrændinger
- Førstehjælp ved forfrysninger
- Førstehjælp ved nedkøling af kroppen

Hjælperøgdykker

Giver hjælperøgdykkeren nødvendig viden og færdigheder til at indgå i virksomhedens daglige brandberedskab samt ved tilfælde af brand at kunne guide og rådgive redningsberedskabet.

Målgruppe: Større virksomheder med større risikoprofiler og potentielle værditab - medarbejdere, som efter ledelsens opfattelse har et lokalkendskab, der sætter medarbejderen i stand til på en forsvarlig måde at kunne være til gavn for redningsberedskabet.

Hvorfor? Virksomheder eller institutioner der har en stor matrikel eller potentiale for et stort værditab, har en særlig udfordring hvis beredskab ankommer i en brandsituation og ikke nødvendigvis kender den bedste evakuering eller prioritering af de værdigenstande der skal reddes.

- Kurset styrker beredskabsejerskab, kompetencer og forebyggelsessamarbejde.

Kompetencer skal vedligeholdes hvert andet år.

Varighed: 3x8 timer - 2 dages teori, 1 dags praksis

Indhold:

- Beredskabslovgivning, indsatsledelse samt sporbevaring
- Beredskabsplanlægning
- Assistance til Redningsberedskabet
- Alarmering, forhold på brandsted
- Brandforløb
- Trykluftapparat – teori og praktik
- Vejtrækning og åndedrætsforgiftning
- Kroppens reaktion ved brug af trykluftapparat
- Indsatsbeklædning
- Røgdykker teknik og taktik
- Praktisk anvendelse af håndslukningsmidler
- Arbejde, samarbejde og kommunikation i delvis mørke rum og lokaler
- Værtdiplanlægning

Hjælperøgdykker, vedligehold

Opretholdelse af hjælperøgdykkerkompetencer og parathed i tilfælde af brandsituationer.

Målgruppe: De der er hjælperøgdykkere: medarbejdere der skal fungere som hjælperøgdykkere i større risikoprofilerede virksomheder.

Hvorfor? Krav, at hjælperøgdykkerkurset skal vedligeholdes hvert andet år. Det er billigere at vedligeholde end at skulle starte forfra.

Varighed: 8,5 timer

Medborgerførstehjælp

Lær at handle ud fra førstehjælpens hovedpunkter i forbindelse med førstehjælpssituationer som den almindelige medborger typisk kan opleve.

Målgruppe: den brede befolkning.

Hvorfor? I Danmark sker der en ulykke hvert halve minut og altid, når man mindst venter det.

- Med et førstehjælpskursus er du godt klædt på til at handle, og vide hvad du skal gøre, hvis ulykken sker. Alle personer over 16 år bør have deltaget i dette kursus, der sætter kursisten i stand til at yde livreddende førstehjælp ved hjertestop samt ved ulykker.

Varighed: 7 timer

Indhold:

- Førstehjælpens 4 hovedpunkter
- Bevidsthedstilstande
- Overlevelseskæden
- ABC-metoden
- Førstehjælp til bevidstløse personer med normal vejtrækning
- Stabilt sideleje
- Førstehjælp til bevidstløse personer uden normal vejtrækning
- Brug af hjertestarter
- Førstehjælp til personer med fremmedlegemer i luftvejene

Derudover fokuseres der på hvordan der ydes førstehjælp ved forskellige ulykkestilfælde, herunder shock/kredsløbssvigt, akutte sygdomstilfælde, akutte skader, blødninger og korrekt alarmering. Emnet psykisk førstehjælp vil også indgå i kurset.

Slukkertilsyn

Nødvendig viden og færdigheder i at kunne foretage eftersyn af håndslukningsudstyret i din institution eller virksomhed.

Målgruppe: Personer, der i det daglige har ansvaret for virksomhedens håndslukningsredskaber og som har ansvaret for at udføre det årlige lovpligtige tilsyn af håndildslukkerne. Kurset er åbent for alle.

Hvorfor? Det er et lovkrav, at virksomheder med slukningsudstyr, vedligeholder deres udstyr. Virksomheden kan være omfattet af krav om at have installeret brandslukningsudstyr. Brandudstyr skal efterses minimum hvert 12. måned af en sagkyndig person (DS 2320).

- Kursisten er efter kurset i stand til at vurdere forskellige typer håndslukningsredskaber og typer af eftersyn, og dermed at kunne udføre det årlige lovpligtige tilsyn af håndslukningsudstyret i virksomheden.

Varighed: 5 timer

Indhold:

- Brandteori
- Håndslukningsredskaber
- Praktiske øvelser
- Lovgivning

Varmt arbejde

Et skræddersyet kursus til virksomheder, der udfører varmt arbejde, såsom svejsning og tagdækning.

Målgruppe: Faglærte og ufaglærte tagdækkere eller jern- og metalarbejdere, samt andre personer der beskæftiger sig med varmt arbejde.

Hvorfor? Uforsigtighed ved varmt arbejde som tagdækning, svejsning, skæring eller vinkelslibning kan føre til store og ødelæggende brande. Hvert år opstår der ca. 1000 brande fra 'varmt arbejde' som vinkelslibning, svejsning og skærebrænding. Det brænder for ca. 200 mio. kr. pr. år forårsaget af varmt arbejde.

- Følger din virksomhed i praksis de regler og vejledninger, der gælder på området, kan I forebygge, at I ved et uheld bliver skyld i en stor brandulykke.

Varighed: 8 timer

Typer:

Kursus i varmt arbejde findes i 3 varianter:

- Indendørs (gnist)
- Udendørs(tagdækning)
- Ukrudtsbrænding

Indhold:

- Brandteori
- Skader/årsager
- Trykflasker
- Håndslukningsredskaber
- Forsikringsforhold og lovgivning

Voksenpædagogisk kursus

Fundamentet for at undervise effektivt i forskellige fagfelter

Målgruppe: Undervisere, instruktører og ledere, som har en faglig baggrund, og som vil have de pædagogiske forudsætninger for at kunne undervise voksne.

Hvorfor? God undervisning forudsætter pædagogiske overvejelser og kompetencer.

- Kurset giver en grundig oplæring i hvordan undervisning kan gøres anvendelig, tilpasses deltagerne og skabe nysgerrighed. Kursusdeltageren lærer at planlægge lektioner, lave lektionsplaner, anvende situationsbestemt pædagogik/didaktik samt gennemføre lektioner hvor teori, træning, og evaluering sammenflettes som integreret læringsstrategi.

Varighed: Skemasat til 37 timer, men der må påregnes et betydeligt merforbrug af timer i forhold til forberedelse af egne lektioner.

Indhold:

- Læringsteori
- Præsentationsteknikker og metoder
- Læringsteorier – pædagogiske og didaktiske strategier
- Evalueringsteorier
- Teoretisk og praktisk opbygning af lektionsplaner
- Kursistlektioner hvor kursisten afholder lektioner, hvor læringsteori og lektionsplaner flettes sammen i praktisk udførelse.
- Eksamen med ekstern censor

Kurset afholdes ikke som internat. Kurset afsluttes med en praktisk eksamen, hvor kursistens evne som underviser, samt kursistens evne til udarbejdelse og overholdelse af lektionsplan bedømmes. Bedømmelsen foretages af en ekstern censor. Der udstedes kursusbevis til kursister, der består eksamen. Beviset er adgangsgivende blandt andet til Førstehjælpsinstruktøruddannelsen.

Der stilles ingen formelle adgangskrav til kurset