

## Førstehjelpskurs

Vi har fått tilbakemelding fra klubber og lag om at førstehjelp og hjerte-lunge redning er noe en trenger kompetanse på.

Det er større om mindre uhell på treningsfeltet og konkurransearenaer hver eneste dag, og noen ganger er det dessverre nødvendig med mer kunnskap om førstehjelp, hjerte og lungeredning.

Vi har derfor i samarbeid med Røde kors satt opp et kurs 27. september 2010. Vi vet at det er et stort ønske om dette, så vi må begrense antall deltagere, først til mølla.

**Vi har også satt opp hjertestarter kurs 25. oktober, OG kurs i hjerte lungeredning er et krav for å bli med på dette kurset.**

### Innhold i kurset:

- Undersøkelse av syk eller skadet
- Bevisstløshet, sideleie og sikring av frie luftveier
- Hjerte-Lunge-Redning (HLR) m/praktisk trening
- Fremmedlegeme i luftveiene
- Førstehjelp i det daglige



### Målgruppe:

Absolutt alle inne idretten og skoleverket.  
Trenere, ledere, aktive og lærer.



### Kurslærer:

Hans Alvin Wahl, er opplæringskonsulent i Røde kors og har ansvaret for alle typer kurs på alle nivåer inne organisasjonen.

Tid: 27.september kl 18.00-21.00

Hvor: Eidangerhallen, Porsgrunn

Pris: Gratis

Påmeldingsfrist: 25. september 2010.

Påmelding: til [Kjetil.haugersveen@idrettsforbundet.no](mailto:Kjetil.haugersveen@idrettsforbundet.no) 419 00 129