

# Kursuskatalog

***BEREDSKAB  
& SIKKERHED***



**2021**

## Indhold

Førstehjælp .....	4
Om kursusbeviser:.....	4
Basisuddannelser.....	5
Førstehjælp ved hjertestop .....	5
Førstehjælp ved ulykker.....	5
Førstehjælp ved hjertestop og ulykker .....	5
Basal førstehjælp til børn .....	5
Tilvalgsuddannelser .....	6
Færdselsrelateret førstehjælp, bil, MC og traktor .....	6
Førstehjælp og forebyggelse til børn.....	6
Førstehjælp ved blødninger .....	6
Førstehjælp ved kemiske påvirkninger .....	6
Førstehjælp ved skader i forbindelse med temperaturpåvirkninger.....	7
Førstehjælp ved skader på bevægeapparatet inkl. hovedskader. ....	7
Førstehjælp ved småskader.....	7
Førstehjælp ved sygdomme .....	7
Funktionsuddannelser .....	8
Færdselsrelateret førstehjælp, bil, MC og traktor. ....	8
Førstehjælp for voksne med ansvar for børn .....	8
Førstehjælper med særligt ansvar.....	8
Medborgerførstehjælp.....	8
Opdateringsuddannelser .....	9
Opdateringsuddannelse Livreddende førstehjælp.....	9
Opdatering af Førstehjælp ved hjertestop .....	9
Opdatering af Førstehjælp for flex-, trafik- og taxichauffører .....	10
Uddannelser for tandplejen .....	10
Opdatering af Førstehjælp del 1. ....	10
Opdatering af Førstehjælp del 2. ....	10
Vedligeholdelse af Luftvejshåndtering. ....	12
Elementær Brandbekæmpelse .....	12
Orientering om Elementær brandbekæmpelse.....	12

Elementær brandbekæmpelse .....	12
Elementær brandbekæmpelse, på brandskolen .....	13
Vedligehold for Elementær brandbekæmpelse.....	13
Orientering om Elementær brandbekæmpelse på campingpladser .....	13
Elementær brandbekæmpelse og brandsikkerhed for skoleklasser .....	14
Varmt arbejde .....	14
Uddannelsespakker, Førstehjælp og Brand .....	15
Basisuddannelse for offentlige institutioner .....	15

# Førstehjælp

Beredskab & Sikkerhed uddanner efter Dansk Førstehjælpsråds retningslinjer og kvalitetskrav.

I henhold til disse retningslinjer er det maksimalt tilladte antal deltagere pr. instruktør/kursus 16 stk. Ved hold på over 16 deltagere skal der tilknyttes yderligere instruktører og den samlede pris vil derfor, som udgangspunkt, være kursussen per påbegyndt antal på 16 deltagere.

## Om kursusbeviser:

Dansk Førstehjælpsråds medlems- og samarbejdsorganisationer har siden maj 2015 kunnet udstede elektroniske kursusbeviser. Siden 1. januar 2016 har alle kursusbeviser for førstehjælpsuddannelser gennemgået i regi af Dansk Førstehjælpsråd, været elektroniske.

Kursusbeviset indeholder kursistens navn, CPR-nr., dato for udstedelse, oplysninger om hvilke førstehjælpsuddannelser der er gennemgået, logo for udstedende organisation, instruktørens navn og instruktørnummer samt et bevis-ID der kan benyttes i forbindelse med validering af beviset i tvivlstilfælde.

Kursisten vil efter endt kursus modtage et link, hvorfra kursusbeviset kan hentes som PDF-fil og printes.

Kommunernes borgerservices, virksomheder, uddannelsesinstitutioner eller andre interessenter kan efterfølgende validere kursusbeviset ved at tilgå adressen <https://kursusbevis.foerstehjaelpsraad.dk/bevisvalidering> og med bevis-ID kontrollere ægtheden af beviset.

Dansk Førstehjælpsråds førstehjælpsuddannelser er kompetencegivende. Mange steder stilles der krav om at man har gennemført en af Dansk Førstehjælpsråds førstehjælpsuddannelser som led i uddannelsesforløb, ansættelse i forskellige brancher, erhvervelse af kørekort eller lignende. Kursusbeviset dokumenterer at man har gennemgået en kompetencegivende førstehjælpsuddannelse, og derfor fremgår CPR-nummeret af beviserne, der oprettes og lagres elektronisk.

Ønsker man ikke at oplyse sit CPR-nummer kan dette undlades. Man kan eksempelvis erstatte de sidste 4 cifre med X'er. Beviset vil så ikke længere kunne bruges som dokumentation hvor der kræves at man har gennemført en førstehjælpsuddannelse.

Beviser og gemte data slettes automatisk i bevissystemet efter 3 år.

## **Basisuddannelser**

Basisuddannelser er minimumsuddannelser der sætter deltageren i stand til at handle ved f.eks. hjertestop eller ulykker.

### **Førstehjælp ved hjertestop**

Varighed: 4 timer (240 minutter)

Førstehjælp ved Hjertestop omhandler bl.a. overlevelseskæden, hjerte-lunge-redning, brug af AED/hjertestarter, fjernelse af fremmedlegemer i luftvejen, lejring af bevidstløse og alarmering.

Uddannelsen kan gennemføres selvstændigt eller i sammenhæng med øvrige førstehjælpsuddannelser.

### **Førstehjælp ved ulykker**

Varighed: 2 timer (120 minutter)

Førstehjælp ved Ulykker omhandler bl.a. førstehjælpens hovedpunkter og sætter deltageren i stand til at handle på et ulykkessted. Førstehjælp ved ulykker skal altid gennemføres i sammenhæng med basisuddannelsen "Førstehjælp ved Hjertestop" eller en eller flere tilvalgsuddannelser.

### **Førstehjælp ved hjertestop og ulykker**

Varighed: 6 timer (360 minutter)

Det kombinerede indhold af uddannelserne "Førstehjælp ved hjertestop" og "Førstehjælp ved ulykker", som beskrevet herover.

### **Basal førstehjælp til børn**

Varighed: 4 timer (240 minutter)

Basal førstehjælp til børn sætter deltageren i stand til at handle ved hjertestop og andre livstruende hændelser der involverer børn. Uddannelsen indeholder bl.a. hjerte-lunge-redning, fjernelse af fremmedlegemer i luftvejen og 'alarmsymptomer' ved febersygdomme.

## Tilvalgsuddannelser

Tilvalgsuddannelser er førstehjælpsuddannelser der omhandler specifikke førstehjælpsemner. Deltagelse på en tilvalgsuddannelse kræver som udgangspunkt at en eller flere basisuddannelser er gennemført

### Færdselsrelateret førstehjælp, bil, MC og traktor

Varighed: 4 timer (240 minutter)

Færdselsrelateret førstehjælp bil/MC/traktor er kompetencegivende i henhold til kørekortbekendtgørelsen hvis uddannelsen er gennemført i sammenhæng med basisuddannelsen Førstehjælp ved Hjertestop.

### Førstehjælp og forebyggelse til børn

Varighed: 2,5 timer (150 minutter)

Førstehjælp og forebyggelse til børn sætter deltageren i stand til at forbygge skader og ulykker med børn og yde relevant førstehjælp ved skader og pludselig sygdom hos børn. Bemærk, uddannelsen indeholder ikke basal genoplivning til børn.

### Førstehjælp ved blødninger

Varighed: 1,5 timer (90 minutter)

Førstehjælp ved Blødninger sætter deltageren i stand til at handle ved livstruende blødninger samt forebygge shock/kredsløbssvigt som følge af blødninger

### Førstehjælp ved kemiske påvirkninger

Varighed: 0,5 time (30 minutter)

Førstehjælp ved Kemiske påvirkninger sætter deltageren i stand til at handle ved forgiftninger samt indre og ydre ætsninger.

## **Førstehjælp ved skader i forbindelse med temperaturpåvirkninger**

Varighed: 1 time (60 minutter)

Førstehjælp ved skader i forbindelse med temperaturpåvirkninger sætter deltageren i stand til at handle ved forbrændinger, hedeslag, forfrysninger og nedkøling.

## **Førstehjælp ved skader på bevægeapparatet inkl. hovedskader.**

Varighed: 1,5 timer (90 minutter)

Førstehjælp ved Skader på bevægeapparatet inkl. hovedskader sætter deltageren i stand til at handle ved knoglebrud, led-og muskelskader samt ved skader på hovedet.

## **Førstehjælp ved småskader**

Varighed: 1,5 timer (90 minutter)

Førstehjælp ved Småskader sætter deltageren i stand til at kan vurdere og yde den relevante førstehjælp i forbindelse med småskader, f.eks. fremmedlegemer i hud og øjne, tandskader, næseblod, mindre sår og hudafskrabninger.

## **Førstehjælp ved sygdomme**

Varighed: 1,5 timer (90 minutter)

Førstehjælp ved Sygdomme sætter deltageren i stand til at handle ved sygdomme der medfører ændret bevidsthedstilstand, smerter i bryst- eller bughulen samt vejrtrækningsbesvær.

## Funktionsuddannelser

Funktionsuddannelserne er Dansk Førstehjælpsråds anbefalinger til samlede kursusforløb for særlige fag- eller målgrupper. Funktionsuddannelserne består af basisuddannelser, relevante tilvalgsuddannelser og i enkelte tilfælde særtillæg.

### Færdselsrelateret førstehjælp, bil, MC og traktor.

Varighed: 8 timer (480 minutter)

Funktionsuddannelsen Færdselsrelateret førstehjælp bil/MC/traktor er kompetencegivende i henhold til kørekortbekendtgørelsen

**(Kurset udbydes også på faste datoer som åbent kursus. Se [www.bsik.dk](http://www.bsik.dk) for datoer.)**

### Førstehjælp for voksne med ansvar for børn

Varighed: 7 timer (420 minutter)

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 vejtrækningsbesvær

### Førstehjælpere med særligt ansvar

Varighed: 12 timer (720 minutter)

Funktionsuddannelsen Førstehjælpere med særligt ansvar henvender sig til f.eks. uniformsbærende personale, personer der har behov for en bred førstehjælpsuddannelse eller personer der ønsker at kunne håndtere store som små hændelser.

### Medborgerførstehjælp

Varighed: 7 timer (420 minutter)

Funktionsuddannelsen Medborgerførstehjælp giver et basalt kendskab til førstehjælp og sætter deltageren i stand til at handle ved hjertestop, ulykker og visse typer af akut opstået sygdom. Dansk Førstehjælpsråd anbefaler at alle borgere i Danmark som minimum har førstehjælpskompetencer på dette niveau.

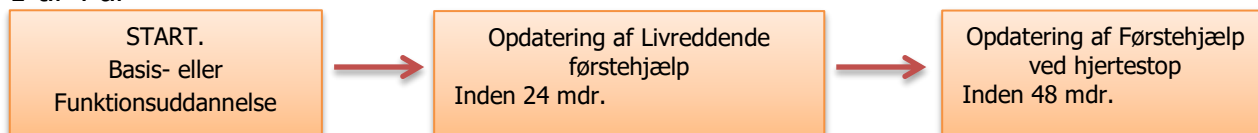


## Opdateringsuddannelser

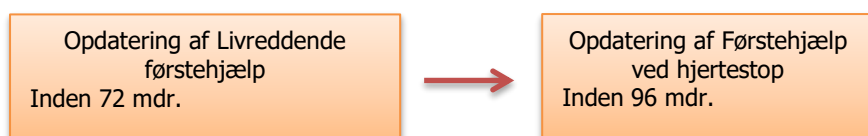
Opdateringsuddannelser er uddannelser der opdaterer og vedligeholder allerede indlærte kompetencer. Det er kun muligt at opdatere basisuddannelser. Tilvalgsuddannelser skal gennemføres på ny såfremt man ønsker at beholde kompetence for gennemført uddannelse. Opdateringsuddannelser skal gennemføres efter maksimalt 24 måneder for at beholde kompetence for gennemførte basisuddannelser.

Forløb og intervaller for vedligehold af basisuddannelser:

1 til 4 år



4 til 8 år



## Opdateringsuddannelse Livreddende førstehjælp

Varighed: 3 timer (180 minutter)

Opdateringsuddannelsen vedligeholder og opdaterer indholdet af basisuddannelsen Førstehjælp ved ulykker, men opdaterer desuden deltagerens kompetencer inden for en række livreddende førstehjælpstiltag, f.eks. fjernelse af fremmedlegemer i luftvejen, livstruende blødninger og livstruende forbrændinger.

## Opdatering af Førstehjælp ved hjertestop

Varighed: 3 timer (180 minutter)

Opdateringsuddannelsen repeterer og opdaterer tidligere indlærte kompetencer i forhold til førstehjælp ved hjertestop.

Uddannelsen kan gennemføres selvstændigt eller i sammenhæng med øvrige førstehjælpsuddannelser.

# Opdatering af Førstehjælp for flex-, trafik- og taxauffører

Varighed: 5 timer (300 minutter)

Opdateringsuddannelsen repeterer og opdaterer tidligere indlærte kompetencer i forhold til førstehjælp ved hjertestop, førstehjælp ved ulykker og førstehjælp til bevægelseshæmmede.

## Uddannelser for tandplejen

### Opdatering af Førstehjælp og vedligeholdelse af Luftvejshåndtering i Tandplejen

Dette kursusforløb er udviklet og målrettet til det sundhedsfaglige personale i den kommunale- og private tandpleje. Kurset imødekommer, på baggrund af basisuddannelse samt vedligeholdelses træning, gældende krav og retningslinjer fra Dansk Førstehjælpsråd, European Resuscitation Council (ERC), Ansatte Tandlægers Organisation (ATO) og Sundhedsstyrelsen.

### Opdatering af Førstehjælp del 1.

Varighed: 3 timer (180 minutter)

#### Det centrale indhold på uddannelsen

Emner jf. Dansk Førstehjælpsråd

- Repetition af kontrol af bevidsthed.
- Repetition af ABC algoritme.
- Repetition af Hjerte Lunge Redning med og uden Hjertestarter(AED).
- Repetition af lejring (stabilt sideleje /sideleje).
- Repetition af forskellige sygdomsbilleder.
- Assistance til luftvejshåndtering.

### Opdatering af Førstehjælp del 2.

Varighed: 3 timer (180 minutter)

#### Det centrale indhold på uddannelsen

Emner jf. Dansk Førstehjælpsråd

- Repetition af førstehjælpens 4 hovedpunkter.

- Repetition af ABC algoritme.
- Repetition af nødflytning.
- Opdatering i håndtering af blødninger.
- Opdatering i håndtering af forbrændinger /skoldninger.
- Opdatering i håndtering af forgiftnings og ætsningsskader.
- Assistance til luftvejshåndtering.

# Vedligeholdelse af Luftvejshåndtering.

Varighed: 3 timer (180 minutter)

## Det centrale indhold på uddannelsen

Emner jf. ERC, ATO, Sundhedsstyrelsen:

- Repetition af anatomi og fysiologi (*luftveje*).
- ABCDE algoritme med praktisk øvelse med ventilationsballon, tungeholder, pulsoximeter.
- Hurtig beslutningstagen, samarbejde og rollefordeling ved akut patienthåndtering.

# Elementær Brandbekæmpelse

## Orientering om Elementær brandbekæmpelse

Varighed: 2 timer (120 minutter)

### Det centrale indhold på uddannelsen

- Orienteringen vil foregå på din virksomhed eller institution. Antal af elever er efter aftale. Ikke alle deltagere prøver brugen af mindre slukningsmidler.
- Alarmering og brandinstruks
- Gennemgang af slukningsmidler
- Gennemgang af virksomheden/institutionen
- 

**Kurset kan også bruges til skoleelever. Her tilpasses kurset årgangen af elever.**

# Elementær brandbekæmpelse

Varighed: 3 timer (180 minutter)

Maks. 16 deltagere

### Det centrale indhold på uddannelsen

- Kurset er á 3 timers varighed, der tages udgangspunkt i den enkelte institution eller afdeling. Undervisningen består af 3 dele,
- brand & slukningsteori,
- gennemgang af "husets" udstyr
- praktiske slukningsøvelser.

# Elementær brandbekæmpelse, på brandskolen

Varighed: 4 timer (240 minutter)

Maks. 16 deltagere

## Det centrale indhold på uddannelsen

- Alarmering og brandinstruks
- Gennemgang af slukningsmidler
- Brug af slukningsmidler
- Praktiske brandslukningsøvelser
- Slukningsmateriel i.h.t. lovgivning

# Vedligehold for Elementær brandbekæmpelse

Varighed: 3 timer (180 minutter)

Maks. 16 deltagere

## Det centrale indhold på uddannelsen

- Alarmering og brandinstruks
- Brandkemi
- Gennemgang af slukningsmidler
- Brug af slukningsmidler
- Praktiske brandslukningsøvelser
- Slukningsmateriel i.h.t. lovgivning

# Orientering om Elementær brandbekæmpelse på campingpladser

Varighed: 2 timer (120 minutter)

Antal efter aftale

## Det centrale indhold på uddannelsen

- Orienteringen vil foregå på din campingplads. Antal af kursister er efter aftale. Vi udsteder ikke kursusbevis, og ikke alle prøver brugen af mindre slukningsmidler.
- Alarmering og brandinstruks
- Orientering om beredskabet
- Brande i campingvogne og biler
- Gennemgang af slukningsmidler
- Demonstration af slukningsmidler

# Elementær brandbekæmpelse og brandsikkerhed for skoleklasser

## Afholdes på brandskolen i Grenaa.

Varighed: 5 timer (300 minutter)

Antal efter aftale

### Det centrale indhold på uddannelsen

- Alarmering og brandinstruks

Modul 1.

- Brandkemi
- Gennemgang af slukningsmidler
- Gennemgang af skolens beredskabsplan og evakueringsplan
- Gennemgang af mødepunkter og samlested på skolen

Modul 2.

- Brug af slukningsmidler
- Praktiske øvelser
  - Herunder slukning af brand og redning af personer ud fra røgfyldt rum
  - Forskellige demonstrationer og eksperimenter

## Varmt arbejde

Varighed: 8 timer (480 minutter)

Maks. 20 deltagere

### Det centrale indhold på uddannelsen

- Kurset er á 8 timers varighed, kurset er tilsvarende til DBI certifikatuddannelse. Undervisningen består af baggrund - formål – hensigt, brandteori, skader og årsager, DBI vejledning 10 del 1. del 2. del 3, lovgivning – forsikringsforhold, planlægning - udførelse - afslutning af varmt arbejde

**Beviser fra Dansk Brand- og sikringsteknisk Institut bestilles ved tilmelding**

# Uddannelsespakker, Førstehjælp og Brand

## Basisuddannelse for offentlige institutioner

Varighed: 8 timer (480 minutter)

Maks. 16 deltagere

Uddannelsen består af:

- Førstehjælp ved hjertestop og ulykker
- Orientering om Elementær brandbekæmpelse

Se beskrivelsen af del-uddannelserne under de respektive uddannelsesbeskrivelser herover.

## **Generelle betingelser**

Ved framelding senere end 1 uge før første kursusdag opkræves 50 % af kursussen. Ved framelding op til 3 dage før første kursusdag opkræves 100 % af kursussen.

## **Beredskab & Sikkerhed.**

Tlf.: 89152112

Mail: [udd@bsik.dk](mailto:udd@bsik.dk)

Hjemmeside: [www.bsik.dk](http://www.bsik.dk)