

Førstehjælpsuddannelse

1. dag

Tid	Emne	Sted	Instruktør
9.00 – 12.00	Introduktion til uddannelsen Førstehjælpens 4 hovedpunkter og overlevelseskæden Livreddende førstehjælp – ABC Psykisk førstehjælp		
12.00 – 12.30	<i>Frokost</i>	<i>Kantine</i>	
12.30 – 14.30	Hjerte-Lungeredning Aflåst sideleje		
14.30 – 14.45	<i>Eftermiddagskaffe</i>	<i>Kantine</i>	
14.45 – 16.45	Almindelig førstehjælp Forbindinger Temperaturpåvirkning Infektion		

2. dag

Tid	Emne	Sted	Instruktør
9.00 – 12.00	Hjerte-Lunge-Redning med hjertestarter Hjerterytmeforstyrrelser Blodprop i hjertet		
12.00 – 12.30	<i>Frokost</i>	<i>Kantine</i>	
12.30 – 14.30	Almindelige førstehjælp ved alvorlige pludselig opståede sygdomme		
14.30 – 14.45	<i>Eftermiddagskaffe</i>	<i>Kantine</i>	
14.45 – 16.45	Færdselsrelateret		

3. dag

Tid	Emne	Sted	Instruktør
9.00 – 12.00	Rutinering I Forhold ved større ulykker (civile ulykker)		
12.00 – 12.30	<i>Frokost</i>	<i>Kantine</i>	
12.30 – 14.30	Rutinering II Forhold ved større ulykker (indsatsområder)		
14.30 – 14.45	<i>Eftermiddagskaffe</i>	<i>Kantine</i>	
14.45 – 15.45	Rutinering II Forhold ved større ulykker (indsatsområder) - fortsat		
15.45 – 16.45	F.U.T.		

4. dag

Tid	Emne	Sted	Instruktør
9.00 – 12.00	Rutinering III Forhold ved større ulykker (civile ulykker)		
12.00 – 12.30	<i>Frokost</i>	<i>Kantine</i>	
12.30 – 13.30	Skriftlige opgaver Evaluering Afslutning		