

BUF og KFF indbyder dig til kurset...

Find oplysninger på:

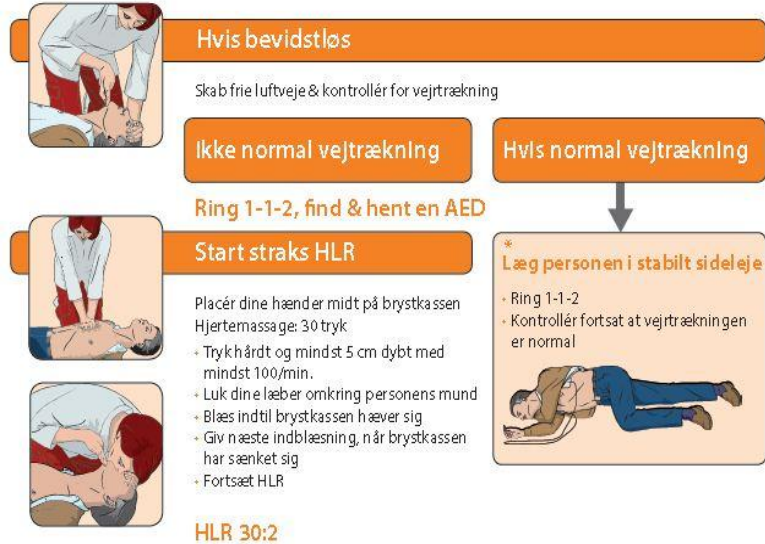
KKnet: børn og ungdom.
Søg på "baderegler"

www.teambade.dk

Om førstehjælp:

www.redliv.dk

www.trinvis.dk



”Livredning for skoler og
institutioner”

Ansvar for andres liv - og hvad så?

Der bliver gjort et stort, prisværdigt og idealistisk arbejde for at lære børn at begå sig i naturen og at lære dem at færdes i naturens elementer, herunder i vandet.

Gennem disse oplevelser knyttes bånd mellem pædagog og barn. Derfor rammer det særligt hårdt, når alvorlige uheld opstår.

Hvis et menneske, vi har ansvar for, kommer noget til, vil spørgsmålet altid rejse sig:
"Gjorde jeg, hvad jeg kunne for at forebygge uheldet, og handlede jeg rigtigt og rationelt?"

Kan vi svare ja til disse spørgsmål, kan vi lettere bearbejde oplevelsen og dermed undgå de værste psykiske eftervirkninger.

Hvis svaret derimod er nej, risikerer vi at blive stillet under anklage fra den værst tænkelige og skånselsløse kant: os selv!

Derfor er det en god idé at:

- lære førstehjælp: Få overblik og gå frem efter en prioriteret rækkefølge
- lære livredning i vand

For at medvirke til at øge sikkerheden i forbindelse med fritidsarrangementer har BUF og KFF oprettet et livredningskursus målrettet børne- og ungdomsinstitutioner.

Samtidig vil vi anbefale, at alle, med ansvar for andre mennesker, gennemfører et egentligt førstehjælpskursus.

Team Bade, 2011

Velkommen til
"Livredning for skoler og institutioner".

Sted: Hillerødgade Bad og Hal
Sandbjerggade 35, 2200 Kbh. N

Mødetid: Kl. 9:00-15:00

Kursusprogram:

Teori og svømmeprøver
Hjerte-lungeredning (HLR): teori
HLR: praktisk træning.

Der serveres morgenmad og frokost under kurset.

Husk: Pasfoto samt badetøj og T-shirt!
Det forventes, at du har trænet til prøven. Svømmebriller er ikke tilladt under prøven.

Bassinprøve - hvor man *ikke* kan bunde

- 200 m fri svømning
1. 50 m svømning m. overblik (max. 1:30 min)
 2. 2 dyk til bund efter bjærgedukke
 3. Undsætning af panisk svømmer - 10 m
 4. 25 m bjærgning af rolig svømmer
 5. Udspring fra kant og 10 m svømning under vand efter dukke placeret på dybeste sted
 6. Optagning af medie, klargøring til HLR.



Bassinprøve - hvor man kan bunde
(som ovenstående – dog):

1. intet tidskrav
4. 10 m bjærgning af rolig svømmer
5. udelades.