



Plats: Ingå
Tid: 18.2-8.3.2026
Ansvarsutbildare: Alice Jung
Utbildare: Elin Söderlund, Dennis Olander

Den sökande skall ha fyllt 16 år. Det rekommenderas att den sökande har introducerats i nödförstahjälp i den egna brandkåren innan man kommer till kursen.

	Teori- lektioner	Praktiska övningar	Självstudier			
					SJÄLVSTÄNDIGA STUDIER INNAN KURSEN I FÖRSTA HJÄLP	
			1		Bekanta dig med RK:s Första Hjälp Guide (2022 eller nyare)	
			1		Akutvårdens servicesystem samt jourhjälp. Bekanta dig med din egen brandstations och räddningsenhetens första hjälp material.	
18.02.2026					Akutvårdens servicesystem samt jourhjälp. Bekanta dig med din egen brandstations och räddningsenhetens första hjälp material.	Plats AJ
LT 1	0,5			18:00 - 18:25	Inledning - kursöppning, praktiska arrangemang	Ingå Brandstation
LT 2-3	2			18:25 - 19:15	Primärbedömning(DrABC), livräddande åtgärder och nödanmälan. Första hjälp åt medvetslös, sidoläge	Ingå Brandstation
				19:25 - 20:15	Basåterupplivning HLR-D. Främmande föremål i andningsvägarna	
LT 4	1			20:25 - 21:15	Primärbedömning(DrABC) och att identifiera en person i nödläge. Massiva yttre blödningar och hur man stillar dem	Ingå Brandstation
					Tilläggsmaterial: 112 och Röda korsets appar	
24.02.2026					2. Primärbedömning och livräddande åtgärder	Plats AJ, ES, DO
ÖT 1-3		3		18:00 - 21:00 (inkl.pauser!)	Primärbedömning och livräddande åtgärder (andningsvägarna, främmande föremål i andningsvägarna, sidoläge, HRL-D)	Ingå Brandstation
ÖT 4		1		21:10 - 22:00	ÖT 4.1. och 4.2. Stillande av en massiv yttre blödning (trycka på såret, tryckförband, snörförband) samt hantering av små blödningar (t.ex. förbinda sår)	
					SJÄLVSTÄNDIGA STUDIER FÖRE AVSNITT 3	
			1		Möte med och vård av en person som insjuknat. Inlärningsuppgift i Koulumaali. Tilläggsmaterial: Röda Korsets guide för första hjälp	
					SJÄLVSTÄNDIGA STUDIER FÖRE AVSNITT 4	
			1		Möte med en person som skadats (Tilläggsmaterial: SPR:n Ensiapuopas s. 78-107, 136-143).	
			1		Koulumaali: Säker verksamhetsomgivning samt nödförflyttningar	
04.03.2026					3-4. Möte med och vård av en person som insjuknat	Plats AJ
LT 5	0,5			18:00 - 18:25	Sekundär undersökning ABCDE och omedelbara åtgärder	Ingå Brandstation
LT 6	1,5			18:25 - 19:40	Sjundomsanfall: Andningssvårigheter, bröstsmärta, störningar i hjärnans blodcirkulation, kramper, störningar i blodsockerbalansen	Ingå Brandstation
LT 7	1,5			19:50 - 20:40	Möte med en person som skadats och första hjälp. Primärbedömning, sekundär undersökning (cABCDEf) och omedelbara åtgärder	Ingå Brandstation
LT 8	1			20:40 - 21:30	Möte med en patient vid ett av räddningsväsendets uppdrag: Trafikolycka, bränder och brännskador, vattenräddningsuppdrag. Psykisk första hjälp	Ingå Brandstation
					SJÄLVSTÄNDIGA STUDIER FÖRE AVSNITT 5	
			1		Möte med en patient vid ett av räddningsväsendets uppdrag (SPR:n Ensiapuopas s. 108-127, 132-133). Uppgifter i Koulumaali	
08.03.2026					5. Uppgifter vid räddningsväsendets uppdrag & 6.Kursavslutning	Plats AJ, ES, DO
ÖT 5		1		08:00 - 08:50	CASE: Möte med en person som insjuknat (703, 704)	Ingå Brandstation
ÖT 6		1		08:50 - 09:40	CASE: Möte med en person som insjuknat (706, 771, 772)	
ÖT 7-8		2		10:00 - 11:40	Utrustning för stödande och transport	Ingå Brandstation
					LUNCH	
ÖT 9		1		12:20 - 13:10	CASE: Möte med en person som skadat sig (745, 746)	
ÖT 10		1		13:10 - 14:00	Case: "Trafikolycka" (undersökning, stödjande och föreberedelser inför förflyttning)	Ingå Brandstation
ÖT 11		1		14:10 - 15:00	Case: "Byggnadsbrand" (brännskador samt exponering av brandgaser)	
ÖT 12		1		15:00 - 15:50	Case: "Vattenräddning" (Vård av en person som drunknat. HRL-D)	
LT 9	1			16:00 - 16:30	Kursavslutning och utdelning av kursintyg. Insamling av Webropool-responsen	Ingå Brandstation
	9	12	6		27	
	Teori- lektioner	Praktiska övningar	Självstudier		TOTALT	

Kursdeltagaren repeterar det man lärt sig i Koulumaali samt genom att titta på videorna på nätet. Detta förbereder kursdeltagaren inför övningarna.

Kontroll av kunskaperna: Inlärningsuppgifterna i Koulumaali samt kontinuerlig utvärdering under övningarna.