

# KRIS & HJÄRTA

Kris & Hjärta följer riktlinjer enligt HLR rådet, är med i branschrådet för hjärtstartare i Sverige och sponsrar årligen Hjärtlungfonden. Vi kan som leverantör ge er som kund en kvalitetssäkrad utbildning och ni kan synliggöra detta med dekal och diplom - "Hjärtsäker zon" läs mer - Hjärtsäker zon Hjärtlungfonden.

Våra utbildare är sjuksköterskor.



VI HJÄRTSÄKRAR  
SVERIGE

## Skapa en säker och hjärtsäker arbetsplats

### AFS 1999:7 – Första hjälpen beredskap

**Kris & Hjärta har tagit fram en utbildning i Första hjälpen som också ser till att din arbetsplats arbetar enligt gällande arbetsmiljölagstiftning. Beredskap är ett arbetsmiljökrav (AFS 1999:7 §6).**

Varje dag inträffar en mängd akuta sjukdomsfall och olycksfall på våra arbetsplatser. Fallolyckor, trafikolyckor eller sjukdomar som kan innebära stor risk för livshotande skador och dödsfall. Att kunna ge första hjälpen och tidiga insatser vid vanliga sjukdomar som hjärtinfarkt, stroke eller en allvarlig fallolycka kan vara avgörande för möjligheterna till överlevnad och rehabilitering.

Målet med att ge första hjälpen är att minska lidande och risk för skadeutveckling och öka chansen till överlevnad vid sjukdom, olycka och hjärtstopp.

Utbildningsmaterialet i första hjälpen har arbetats fram av Svenska rådet för hjärtlungräddning i samverkan med civil försvars förbundet och Svenska livräddningssällskapet, baseras på de internationella riktlinjerna European and Resuscitation Council (ERC)

---

**Kontakt:**

Maria Sundqvist  
0733-970884

[maria@kris-hjarta.se](mailto:maria@kris-hjarta.se)

## **Utbildningsmål**

- Kunskap kring larmorganisationen på arbetsplatsen och hur det förebyggande arbetet är uppbyggt
- Kunskap kring vilka åtgärder som man kan hjälpa till med i väntan på ambulans
- Förståelse för hur man kan ge stöd till en människa i chock

## **Innehåll**

Övergripande beredskap vid första hjälpen på en arbetsplats:

- Larmorganisation och beredskap på arbetsplatsen
- Bedömningsmodeller vid första hjälpen
- Krisreaktioner vid en allvarlig sjukdoms - eller olyckssituation på arbetsplatsen
- Övrigt anpassat efter arbetsplatsen

Första hjälpen vid:

- Hjärtstopp och luftvägsstopp inklusive hur man använder en hjärtstartare
- Hjärt-och kärlsjukdomar
- Fallolyckor - nackskador
- Blödning och blödningschock
- Epilepsi
- Diabetes
- Drunkningsolyckor
- Trafik och bilkörning

**Antal** per utbildningstillfälle max 15 deltagare

**Tid** ca 3.5- 4 timmar innehåller mycket praktisk träning

**Pris** 7535 kr ex moms