

# Sjukvårdsutbildning 09-10

**Tisdagen den 12 januari**

**Kl. 18.00-ca 21,00**

**Utbildare: Röda Korset**

**Cafeterian**

Nu har vi äntligen kommit till skott med sjukvårdsutbildningen. Vi skall vara mellan 12-16 st och vi riktar in oss på tränare, lagledare och mtrl:are. Finns det platser kvar så kommer domare att prioriteras. Minst en person i båset per lag bör ha denna utbildning. I nästan alla skade och sjukdomsfall är det första omhändertagandet mycket viktigt för den framtida processen.

Som utbildare kommer vi att ha Röda Korset Sölvesborg duktiga instruktörer. De har mycket stor vana från mängder av sportevenemang och festivaler. De har en välmediterad meritlista från tävlingar världen. SIK har sedan min tid som aktiv haft Röda Korset Sbg i hallen under matcher. (och det är längesedan)

## **Prel. Program**

- § De första viktiga minuterna
- § Medvetlöshet vad är det, stabilt sidoläge.
- § Inventering vilka skador drabbas ni av/rädda/osäkra inför. (Hockeyrelaterat.)
- § Hjärt och lungräddning kort.
- § Stoppa blödning, förebygga cirkulationssvikt
- § Stukning, slagskada, mjukdelsskada.
- § Skallskada, hjärnskakning
- § Sårskada, tejpning
- § Allergier
- § Helkroppsundersökning, larm, ambulans-när?

Jag behöver få in anmälningar i prioritets ordning från alla lag för att kunna fördela platserna. För att utbildningen ska kunna bli effektiv då vissa moment är praktiska så är vi begränsade till max 16 st.

Anmälan skickas till mig lagvis senast 10 januari.

Gott nytt osv.

Anders