

# EGEN SÄKERHET

Foton copyright Landsforeningen for Hjerte- og Lungesyke, LHL, Nasjonal dugnad, Sammen redder vi liv. Helsedirektoratet, Norge

# Instruktioner till läraren

Egen säkerhet är en grundläggande övning för samtliga utbildningsmoment i första hjälpen och hjärt-lungräddning.

## Lärandemål

Kunna bedöma om platsen är säker för att göra en livräddande insats.

## Förslag till genomförande

Presentera olika riskfyllda eller farliga situationer där någon person drabbats av allvarlig sjukdom eller skada. Utgå från bilderna och diskutera:

1. Vad ser eleverna? (be eleverna beskriva bilden)
2. Hur utvärderar eleverna säkerhet? Är det säkert att gå in och ge första hjälpen i situationen?
3. Vad tror eleverna att de kan göra för att hjälpa till i situationen om de ska ge första hjälpen?

Ytterligare diskussionsämnen:

- vanliga olyckor som kan drabba barn
- barn kan hjälpa varandra
- barn kan också hjälpa vuxna
- livsfarliga lägen
- tankar och upplevelser om olyckor
- elevers egna erfarenheter

Ibland är det svårt att bedöma vad som är en riskfylld situation respektive egen säkerhet, speciellt för yngre barn. Genom exemplen och diskussioner kan eleverna lära sig att de ska tänka på egen säkerhet innan de ingriper. Rekommenderar även att ni gör en riskinventering, gärna med en promenad i närområdet.



















