

## Førstehjælp

Alle børn fra 0.-9. klasse på skal kunne grundlæggende førstehjælp. Hvert år gennemføres et kursus, og færdighederne genopfriskes.

Undervisningen foregår gennem teori og praksis og tager udgangspunkt i børnenes alder og niveau.

Undervisningen varetages af sundhedspersonale og skolens lærere.



### Børnene undervises i:

- anatomi – kroppens indhold og 3 livsvigtige systemer
- forebyggelse af skader og ulykker – hvordan kan de undgås (køkken, trafik m.m.)
- førstehjælpens 4 hovedpunkter – 112
- livreddende førstehjælp – aflåst sideleje, kvælning, blødninger m.m.

Alle lærer hjerte-lungeredning, og skolen har hjertestarter. De yngste elever lærer teknikken, så de kan fortælle en voksen, hvordan man skal gøre.

Der er førstehjælpsskabe og kasser flere steder rundt på skolen, samt hjertestarter ved skolens hovedindgang. Skolen er medlem af Hjerteløberordningen.

## Psykisk førstehjælp og et "krammeplaster"

De 4 hovedpunkter i den grundlæggende førstehjælp overføres særligt i de små klasser til psykisk førstehjælp med elementer som:

- stop "ulykken" (skænderi, slåskamp m.m.)
- trøst
- få en til at hente en voksen (hvis nødvendigt)
- sæt et "krammeplaster" på (giv et knus og sig noget sødt) og bliv ved den, der er ked af det

Gennem den psykiske førstehjælp lærer børnene også at blive opmærksomme på at undgå handlinger, der fører til konflikter og sårende adfærd. (se også "Tidlig indsats" under Omsorg og trivsel).

