

# Behöver dina medarbetare kunskap i livräddande insatser?

7H personlig assistans erbjuder utbildningar i Hjärt- och lungräddning samt första hjälpen enligt HLR-rådets riktlinjer. Våra certifierade instruktörer Emelie och Jeanette håller gärna utbildningarna på er arbetsplats för att utbilda i att våga ingripa och rädda liv.



## Hjärt- och lungräddning

Kursen innefattar såväl teori som praktik, med tyngdpunkten på praktiska övningar inom hjärt- och lungräddning. Varje kursdeltagare har var sin egen docka för maximal träning. I kursen utvecklas förmåga att identifiera ett hjärtstopp och ge vuxen- HLR med god kvalitet. Kursdeltagarna lär sig använda hjärtstartare effektivt och behandla en person med luftvägsstopp.

**2h för max 7 personer    Pris: 5000:- ex moms**

## Första hjälpen

Kursen ger redskap för att effektivt kunna bedöma skadade eller sjuka personer i en stressfylld situation enligt bedömningsmodellen L-ABCDE. Kursdeltagaren får grundläggande kunskaper i att identifiera livshotande sjukdomar såsom stroke, allergisk chock och hjärt- och kärlsjukdomar. Stort fokus läggs även på allvarliga skador, stoppa okontrollerad blödning, stabilt sidoläge och förflyttningsteknik.

**3,5h för max 14 personer    Pris: 7000:- ex moms**

## Hjärt- och lungräddning + Första hjälpen

Kursen är kombinerad och ger kunskaper inom både Hjärt- och lungräddning samt Första hjälpen enligt beskrivningarna ovan.

**4,5h för max 14 personer    Pris: 9000:- ex moms**



Välkommen med er bokningsförfrågan till:  
**[hlr@7hassistans.se](mailto:hlr@7hassistans.se)**

**Tillsammans räddar vi liv**