



# Utbildningskatalog 2023

För företag och privatpersoner

[www.dalamitt.se](http://www.dalamitt.se)



Rådningstjänsten Dala Mitt



## **Räddningstjänsten Dala Mitt**

---

Senast reviderad 2022-12-16

# Innehåll

<b>Allmän information.....</b>	<b>4</b>
Bokning .....	4
Avbokning .....	4
Betalning .....	4
Utbildningsplatser.....	4
Inför utbildningen .....	5
Ljud och bild.....	5
Hantering av personuppgifter.....	5
<b>Priser .....</b>	<b>6</b>
Grundläggande brandutbildning.....	6
HLR och 1:ahjälpen – Vuxen .....	6
HLR och 1:ahjälpen - Barn.....	6
HLR och Grundläggande brandskydd.....	6
Instruktörsutbildning HLR .....	6
<b>Utbildningar vi erbjuder .....</b>	<b>7</b>
Grundläggande brandutbildning (GU) .....	7
HLR och 1:ahjälpen - Vuxen .....	8
HLR och 1:ahjälpen - Barn.....	9
HLR och Grundläggande Brandskydd.....	10
Instruktörsutbildning HLR .....	11

Undrar du över något i kursutbudet får du gärna höra av dig till  
Utbildningsenheten på telefon 023 – 48 88 16

## Allmän information

Utbildningsverksamheten inom RDM verkar för att minska olyckorna i samhället och riktar sig till alla som behöver utbildning för att kunna ingripa och förebygga olyckor. Vår personal har god erfarenhet och gedigen kunskap inom räddningstjänstområdet. Denna katalog beskriver vilka utbildningar vi erbjuder, hur upplägget ser ut och vad de kostar.

Är det ingen utbildning som känns helt rätt? Förutom våra ordinarie utbildningar kan vi även sätta ihop specialutbildningar inom områden som brandskydd, sjukvård och hantering av farliga ämnen. Hör gärna av dig till oss med dina önskemål.

### Bokning

För att boka en utbildning kontaktar du oss via formuläret som finns på denna adress:

[www.dalamitt.se/utbildning](http://www.dalamitt.se/utbildning)

### Avbokning

Läs under respektive utbildningsinformation vilka avbokningsregler som gäller.

### Betalning

Betalning sker via faktura. Moms tillkommer på samtliga priser.

Vi reserverar oss för eventuella prisjusteringar.

### Utbildningsplatser

Våra utbildningar hålls på följande platser:

- Bysjöns utbildningscenter, Kolargatan 36 i Borlänge
- Ludvika brandstation, Prästgårdsgatan 11 i Ludvika

Önskar ni att vi i stället kommer ut och håller utbildningen på plats i er egen verksamhet så kan vi lösa det också. Kontakta oss för mer information angående detta.

## Inför utbildningen

Tänk på att använda oömma kläder vid våra platsförlagda utbildningar då de innehåller olika praktiska moment. Långt hår bör vara uppsatt vid de praktiska momenten. Om ni har önskemål om specialkost så anmäl detta så snart som möjligt. Dock *minst* en vecka innan utbildningen.

Vill ni genomföra våra brandutbildningar på plats hos er behövs tillgång till en asfalterad yta på ca 10 m<sup>2</sup> där vi kan genomföra de praktiska momenten d.v.s. handbrandsläckning och brandfilt.

Vid våra sjukvårdsutbildningar behövs en golvyta på ca 30 m<sup>2</sup> där alla deltagarna ryms när de praktiska övningarna på HLR-dockorna ska utföras.

## Ljud och bild

Vill ni utföra utbildningen på plats hos er behöver vi tillgång till projektor, projektorduk, högtalare och internetuppkoppling i en lokal där alla deltagarna kan sitta. Verksamheten ansvarar för att detta finns på plats och att teknisk utrustning fungerar vid kursstart.

## Hantering av personuppgifter

Vi samlar in dina personuppgifter för att kunna tillhandahålla och administrera den utbildning du ska gå hos Räddningstjänsten Dala Mitt (RDM). Den lagliga grunden för behandlingen är avtal. Direktionen för RDM är personuppgiftsansvarig. Uppgifterna kan komma att delas med din arbetsgivare om du går utbildningen via din arbetsplats och din chef behöver statistik över ditt deltagande, uppgifterna sparas hos RDM.

### Dina rättigheter som registrerad

Du har genom Dataskyddsförordningen, GDPR, flera rättigheter gällande hanteringen av dina personuppgifter, t ex rätt till information, rätt till rättelse och rätt att invända mot vår behandling. Vill du ta del av dina rättigheter kan du kontakta RDM:s dataskyddsombud via [dataskyddsombud@dalamitt.se](mailto:dataskyddsombud@dalamitt.se) eller via telefon 023-830 00.

På [www.imy.se](http://www.imy.se) hittar du mer information om dina rättigheter. Om du anser att RDM behandlar dina personuppgifter i strid med GDPR kan du lämna klagomål till Integritetsskyddsmyndigheten (IMY) som är tillsynsmyndighet.

## Priser

Nedan följer kortfattad information om priser, längd på kurser och antal deltagare på respektive kurs. En längre beskrivning av innehållet i kurserna beskrivs längre fram i katalogen.

### Grundläggande brandutbildning

Kurslängd: 4 timmar  
Max antal deltagare: 25 personer  
Pris: 550 kr per person, exkl. moms

### HLR och 1:ahjälpen – Vuxen

Kurslängd: 4 timmar  
Max antal deltagare: 12 personer  
Pris: 1200 kr per person, exkl. moms

### HLR och 1:ahjälpen - Barn

Kurslängd: 4 timmar  
Max antal deltagare: 8 personer  
Pris: 1400 kr per person, exkl. moms

### HLR och Grundläggande brandskydd

Kurslängd: 6,5 timmar  
Max antal deltagare: 12 personer  
Pris: 1650 kr per person, exkl. moms

### Instruktörsutbildning HLR

Kurslängd: 8 timmar  
Max antal deltagare: 10 personer  
Pris: 4000 kr per person, exkl. moms

# Utbildningar vi erbjuder

Nedan redovisas en mer detaljerad beskrivning av innehållet i de utbildningar som Räddningstjänsten Dala Mitt erbjuder.

## Grundläggande brandutbildning (GU)

Syftet med utbildningen är att deltagarna ska känna till hur ett brandförlopp startar och utvecklas samt hur olika brandskyddsåtgärder påverkar det faktiska brandförloppet. Deltagarna ska kunna göra ett snabbt och riktigt ingripande i en nödsituation där brand- eller risk för brand föreligger.

Kursens innehåll:

- Brandkunskap
- Brandorsaker
- Förebyggande brandskydd
- Utrymning
- Larmning
- Praktiska moment

De praktiska momenten består av att kursdeltagarna får pröva att släcka en brand i det fria med pulversläckare, samt att öva på att släcka brand i kläder.

För att kunna tillhandahålla bra utbildningar är minsta antalet deltagare 10, och maxantalet 25 deltagare per utbildningstillfälle.

Avbokning skall ske senast 7 dagar innan kursdatum. Ombokning till annat utbildningstillfälle kan göras fram till kursdagen. Om ingen ombokning sker inom 7 dagar innan kursdatum debiteras full deltagaravgift.



## HLR och 1:ahjälpen - Vuxen

I vår sjukvårdsutbildning får du lära dig att känna igen ett hjärtstopp, utföra hjärt- och lungräddning på vuxna (Vuxen-HLR), åtgärda ett luftvägsstopp och att använda en hjärtstartare. Vi lär dig också att känna igen några vanliga sjukdomstillstånd och utföra första hjälpen vid olyckor och sjukdomsfall.

Kursen leds av en utbildad instruktör och enligt riktlinjerna från Svenska rådet för hjärt- och lungräddning.

Efter kursen har man fått kunskaper i såväl bröstkompressioner, inblåsningar samt handhavande av en hjärtstartare som blir alltmer vanligt ute i samhället samt grundläggande kunskaper i akut omhändertagande av olika sjukdomstillstånd och akuta traumasituationer.

Kursens innehåll:

- Varför hjärt-lungräddning
- Kontrollera livstecken - Skapa öppen luftväg
- Stabilt sidoläge
- Hjärt- lungräddning vid hjärtstopp
- Identifiera och åtgärda luftvägsstopp
- Användning av en hjärtstartare på ett säkert och effektivt sätt
- SXABCD
- Kunskap om arbetsplatsens olycksfallsrisker
- Först på olycksplats(Prioritera och handla på olycksplats)
- Hur förbandsutrustningen fungerar och ansvaret för den
- Praktiska moment

För att kunna tillhandahålla bra utbildningar är minsta antalet deltagare 6, och maxantalet 12 deltagare per utbildningstillfälle.

Avbokning skall ske senast 7 dagar innan kursdatum. Om bokning till annat utbildningstillfälle kan göras fram till kursdagen. Om ingen ombokning sker inom 7 dagar innan kursdatum debiteras full deltagaravgift.





## HLR och 1:ahjälpen - Barn

I vår sjukvårdsutbildning får du lära dig att känna igen ett hjärtstopp, utföra hjärt- och lungräddning på barn (Barn-HLR), åtgärda ett luftvägsstopp. Vi lär dig också att känna igen några vanliga sjukdomstillstånd och utföra första hjälpen vid olyckor och sjukdomsfall.

Kursen leds av en utbildad instruktör och enligt riktlinjerna från Svenska rådet för hjärt- och lungräddning.

Efter kursen har man fått kunskaper i såväl inblåsningar, bröstkompressioner, luftvägsstopp samt grundläggande kunskaper i akut omhändertagande av olika sjukdomstillstånd och akuta traumasituationer.

Kursens innehåll:

- Varför hjärt-lungräddning
- Kontrollera livstecken - Skapa öppen luftväg
- Stabilt sidoläge
- Hjärt- lungräddning vid hjärtstopp
- Identifiera och åtgärda luftvägsstopp
- Användning av en hjärtstartare på ett säkert och effektivt sätt
- SXABCD
- Kunskap om arbetsplatsens olycksfallsrisker
- Först på olycksplats(Prioritera och handla på olycksplats)
- Hur förbandsutrustningen fungerar och ansvaret för den
- Praktiska moment



För att kunna tillhandahålla bra utbildningar är maxantalet 8 deltagare per utbildningstillfälle.

Avbokning skall ske senast 7 dagar innan kursdatum. Ombokning till annat utbildningstillfälle kan göras fram till kursdagen. Om ingen ombokning sker inom 7 dagar innan kursdatum debiteras full deltagaravgift.

## HLR och Grundläggande Brandskydd

Första delen av dagen du lära dig att känna igen ett hjärtstopp, utföra hjärt- och lungräddning på vuxna (Vuxen-HLR), åtgärda ett luftvägsstopp och att använda en hjärtstartare. Vi lär dig också att känna igen några vanliga sjukdomstillstånd och utföra första hjälpen vid olyckor och sjukdomsfall.



Efter en paus där ni bjuds en matig macka fortsätter utbildningen med brandskyddsdelen där syftet med utbildningen är att deltagarna ska känna till hur ett brandförlopp startar och utvecklas, samt hur olika brandskyddsåtgärder påverkar det faktiska brandförloppet. Deltagarna ska kunna göra ett snabbt och riktigt ingripande i en nödsituation där brand- eller risk för brand föreligger.

Kursens innehåll:

- Varför hjärt-lungräddning
- Kontrollera livstecken - Skapa öppen luftväg
- Stabilt sidoläge
- Hjärt- lungräddning vid hjärtstopp
- Identifiera och åtgärda luftvägsstopp
- Användning av en hjärtstartare på ett säkert och effektivt sätt
- SXABCD
- Kunskap om arbetsplatsens olycksfallsrisker
- Först på olycksplats(Prioritera och handla på olycksplats)
- Hur förbandsutrustningen fungerar och ansvaret för den
- Praktiska moment
- Brandkunskap
- Brandorsaker
- Förebyggande brandskydd
- Utrymning
- Larmning
- Praktiska moment



För att kunna tillhandahålla bra utbildningar är minsta antalet deltagare 6, och maxantalet 12 deltagare per utbildningstillfälle.

Avbokning skall ske senast 7 dagar innan kursdatum. Ombokning till annat utbildningstillfälle kan göras fram till kursdagen. Om ingen ombokning sker inom 7 dagar innan kursdatum debiteras full deltagaravgift.

## Instruktörsutbildning HLR

Målsättningen med våra HLR-instruktörsutbildningar är att utbilda instruktörer så att de självständigt kan genomföra grundutbildning i Vuxen-HLR med hjärtstartare. Efter godkänd utbildning blir kursdeltagaren certifierad instruktör i Vuxen-HLR med hjärtstartare.

Obligatoriska förberedelser inför kursen:

- Titta på instruktionsfilmen "Vuxen-HLR, hjärtstartare och luftvägsstopp - utbildningsfilm 2016" på [www.hlr.nu/utbildningsfilmer](http://www.hlr.nu/utbildningsfilmer)
- Läsa in instruktörsboken i Hjärt-lungräddning för vuxna
- Genomföra HLR-rådets webbutbildning i "Hjärt-lungräddning vuxen" på instruktörsnivå
- Förbereda övningsuppgifter/presentationer (enligt instruktioner i kursbekräftelsen)



Kursens innehåll:

- Diskussion av praktisk pedagogik, kvalitet och organisation av utbildning
- Instruktörens arbete vid instruktörsledd utbildning
- Stabilt sidoläge

För att kunna tillhandahålla bra utbildningar är maxantalet 10 deltagare per utbildningstillfälle.

Avbokning skall ske senast 7 dagar innan kursdatum. Om ingen avbokning sker inom 7 dagar innan kursdatum debiteras full deltagaravgift.



Räddningstjänsten Dala Mitt • Lugnetleden 3, 791 38 Falun  
023 – 48 88 00 • [info@dalamitt.se](mailto:info@dalamitt.se) • [www.dalamitt.se](http://www.dalamitt.se)