

**Obligatorisk grunnkurs for alle som har et ansvar- og leieforhold i svømmebasseng og terapibad. Gjelder også for skoler, barnehager, m.m. som har utendørsbading.**

## **Emneinnhold**

- Hjerte-lungeredning, grunnkurset inkludert barn
- Sikkerhetsbegrepene, teoretisk/praktisk
- Gjenkjennelse/tolkning av nødsituasjoner
- Nødprosedyre, herunder fremgangsmåten ved uhell- og alvorlig skade  
Teknikk ved dykk og undervannsvømming, teoretisk samt praktisk øving
- Bruk av redningsutstyr
- Nakke/ryggskade, hvordan en og flere personer løfter opp på land den tilskadekomne
- Instruks/reglement. (orden og sikkerhetsregler). **Branninstruks.Regler ved utendørsbading**

Ved gjennomført kurs mottar en kursbevis

**Kurset er Norges Livredningsselskaps kompetansegivende grunnkurs i livredning og hjerte- lungeredning.**

**Kurset dekker kravene i «Forskriftene for Badeanlegg og Bassenganlegg», fastsatt av Sosial- og helsedepartementet, 13.juni 1996, (HMS/Internkontrollsystemet).**

**Kursbeviset kan brukes hvor som helst i Norge.**

**Dersom en skal ha undervisning eller ansvar for grupper i basseng som er dypere en hva som er dokumentert i kursbeviset må vedkommende dykke ned på den dypeste del av bassenget og her tar opp en dukke og ilandføre denne.**

**Årlig prøve: En gang pr. år har en repetisjon på livredning som består av praktisk prøve i basseng samt øving på H.L.R. Ca. 30 min. varighet.  
Hvert påbegynt 4 år tar en grunnkurs påny.**