

# 3 timers kursus

Hvert år er der desværre mange eksempler på personer der får hjertestop eller kommer ud for en ulykke på arbejdspladsen. Og mange af dem kunne være blevet reddet af deres kollegaer, hvis de havde haft de rigtige kompetencer.

## Få et skræddersyet førstehjælpskursus

### 3 timers kursus: Opdatering i førstehjælp

**ANBEFALES**  
minimum hvert  
andet år

#### Kurset indeholder

- Hjertelungeredning til voksne eller børn
- Brug af hjertestarter
- Stabilt sideleje

#### Beskrivelse

Beregnet som opdatering til kursister, som har været på kursus for mindre end 2 år siden. Kurset vil primært blive gennemført som praktisk Hands-on undervisning.

Alle deltagere får et førstehjælpsbevis fra Dansk Førstehjælpsråd (ved max. 16 deltagere) samt et huskekort til hjertelungeredning.

## Mange års erfaring

DuKanHjælpe bruger kun førstehjælpsinstruktører med mange års erfaring fra ambulance, lægebil, lægehelikopter og alarmcentralen.

For så kan I få svar på alle de ting I brænder inde med i forhold til ulykker og sygdomme.

