

Vanliga frågor och svar - inför World First Aid Day 9/9 2023

Röda Korset hjälper människor som drabbas av kriser och katastrofer över hela världen. Kunskap i första hjälpen räddar liv!

Vad gör Röda Korset inom första hjälpen?

Röda Korset sprider kunskap i första hjälpen genom övningar, kurser (fysiskt och online), webinarier, filmer, Första hjälpen-appen m.m. Vi riktar oss till privatpersoner.

Hur kan man gå en kurs hos Röda Korset?

Det finns kurser både fysiskt och online. Som enskild person går det att gå en kurs i Första hjälpen/HLR Online. I vissa orter finns fysiska kurser hos kretsen att anmäla sig till.

En förening eller grupp av privatpersoner (10-14 stycken) kan boka en egen fysisk kurs.

→ [Mer information på rodakorset.se/forstahjalpen](https://rodakorset.se/forstahjalpen)

Kan företag och arbetsplatser boka en kurs eller övning?

Nej, Svenska Röda Korset vänder sig till allmänheten. Företag och arbetsplatser kan t.ex. boka en kurs hos en utbildare som är certifierad av oss.

→ [Mer information på rodakorset.se/forstahjalpen/kurser-i-forsta-hjalpen/foretag-och-arbetsplatser/](https://rodakorset.se/forstahjalpen/kurser-i-forsta-hjalpen/foretag-och-arbetsplatser/)

Var hittar jag information om första hjälpen?

Enklast är att hitta information om vad man ska göra i olika situationer i Röda Korsets Första hjälpen-app eller på hemsidan.

→ [Mer information på rodakorset.se/forsta-hjalpen/forsta-hjalpen-instruktioner/](https://rodakorset.se/forsta-hjalpen/forsta-hjalpen-instruktioner/)

Var kan jag köpa en första hjälpen-väska?

Svenska Röda Korsets första hjälpen-väskor finns i tre olika storlekar och finns att köpa hos Smartasaker.

→ [Hitta alla produkter här: smartasaker.se/sv/svenska-roda-korset](https://smartasaker.se/sv/svenska-roda-korset)

Kan vår förening köpa en hjärtstartare via rödakorskretsen?

Ja. Röda Korset har ett avtal med ViTri. Kretsar kan köpa en hjärtstartare till reducerat pris. Kretsar kan också förmedla en försäljning och få kickback till kretsen. Information om hur kretsen gör om ni vill köpa eller förmedla en hjärtstartare finns på Rednet.

→ [Sök på "Produkter till första hjälpen" på Rednet.](#)

Vad är psykologisk första hjälpen?

Det är hur man hjälper någon i kris. Det går att läsa mer om hur man gör på hemsidan. Det finns också en webbkurs som heter Våga möta där man kan öva sig i att möta människor i kris och hur man ska agera.

→ [Mer information på rodakorset.se/fa-hjalp/psykisk-halsa-och-psykisk-ohalsa/psykologisk-forsta-hjalpen/](https://rodakorset.se/fa-hjalp/psykisk-halsa-och-psykisk-ohalsa/psykologisk-forsta-hjalpen/)

→ [Webbkursen Våga möta: rodakorset.se/engagera-dig/kurser/webbkurs-vaga-mota](https://rodakorset.se/engagera-dig/kurser/webbkurs-vaga-mota)

Vad är en första hjälpen-grupp?

En första hjälpen-grupp hjälper till när det har hänt något och är en del av Röda Korsets krisberedskap. De går också att boka till olika event.

→ [Mer information på rodakorset.se/forsta-hjalpen/mer-om-forsta-hjalpen/boka-forsta-hjalpen-grupp/](https://rodakorset.se/forsta-hjalpen/mer-om-forsta-hjalpen/boka-forsta-hjalpen-grupp/)

Kan jag engagera mig inom första hjälpen i kretsen?

Ja! Som övningsledare eller som första hjälpare (utefter kretsens möjligheter och behov).

Berätta hur! Berätta gärna ännu mer om frivilligt engagemang i kretsen!

Kan jag bli utbildare i första hjälpen?

Alla som vill kan söka uppdraget som utbildare i första hjälpen.

→ [Mer information finns på: rodakorset.se/engagera-dig/volontaruppdrag/utbildare-i-forsta-hjalpen-fysiskt-och-online/](https://rodakorset.se/engagera-dig/volontaruppdrag/utbildare-i-forsta-hjalpen-fysiskt-och-online/)

Varför är det viktigt att lära sig första hjälpen?

Ju fler som kan hjälpa till om något händer, desto bättre beredskap har vi i samhället. Vi kan också hjälpa fler innan sjukvården kommer fram och avlasta sjukvården genom att veta när det är viktigt att söka vård.

Hur ofta rekommenderar ni att man repeterar sina kunskaper i första hjälpen?

Varje år! Om man har gått en kurs kan man repetera genom att anmäla sig till en övning eller genom att gå webbkursen Våga rädda liv.

Vad är det för skillnad på en övning och en kurs?

En kurs leds av en utbildare och är 3 timmar lång. Det finns kurser online och fysiskt. Ett övningstillfälle är 1 timma och fokuserar på den praktiska övningen.

Vi rekommenderar att alla går en kurs före övningen, men det är inget måste. Om du inte har gått en kurs före ser vi gärna att du anmäler dig till en kurs efteråt.

Kom och öva! Det viktiga är att alla vågar göra något om något händer!

Hur hittar jag övningstillfällen att anmäla mig till?

Gå in på Röda Korsets hemsida för mer information!

→ [Läs mer på rodakorset.se/forstahjalpen/ovning](https://rodakorset.se/forstahjalpen/ovning)