



Utbildningsplan för Civil insatsperson (CIP) i Södermanland.

Grundläggande utbildning för CIP genomförs under en utbildning på ca tolv timmar. Utbildningen kan genomföras uppdelat på kvällstid 3x4 timmar alternativt under en hel dag på en helg och en kväll. Utbildningen genomförs vid brandstationen i Katrineholm på övningsfältet Flamman.

De olika moment som ska ingå i utbildningen är följande:

- Information om räddningstjänstens och samverkande aktörers organisation och roll på en skadeplats.
- Information om hur CIP kan agera och vilka lagstiftningar som gäller när man som privatperson ingriper vid en nödsituation.
- Hjärt- lungräddning
- Första hjälpen
- Grundläggande brandskyddsutbildning
- Agerande vid brand
- Agerande vid Trafikolycka
- Agerande vid drunkning
- Information om larmning
- Information om att hantera en traumatisk händelse
- Krisberedskap
- Information från Brandskyddsföreningen – försäkring, utrustning mm





Information om raddningstjanstens och samverkande aktorerers organisation och roll pa en skadeplats.

- Informationen ska kort visa hur raddningstjansten ar organiserade och de olika verksamhetsomraden som raddningstjansten arbetar med.
- Beskrivning av hur raddningstjansten arbetar i samband med olika typer av händelser. Ska även visa hur organisationen kan byggas upp vid större händelser och hjälp från andra raddningstjanster.
- Raddningstjanstens nomenklatur – vad innebär de olika rollerna
- Beskrivning av andra aktorerers roll pa en skadeplats, polis, sjukvård, restvärdeledare – försäkringsbolag – entreprenörer.

Information om hur CIP kan agera och vilka lagstiftningar som gäller när man som privatperson ingriper vid en nödsituation.

- Tänk i varje situation i varje händelse pa din egen säkerhet.
- CIP agerar som privatperson pa samma vis som om man ändå råkade komma förbi händelsen.
- CIP agerar utifrån egna förutsättningar och kunskaper.
- Nödrätten, som var och en har vid en nödsituation ger möjlighet att agera pa sätt som annars inte är lagligt. T.ex. vid en brand slå sönder en ruta för att kunna rädda eller påbörja släckning. Man ska då vara helt säker pa situationens allvar och inga andra möjligheter finns att ingripa.
- Exempel pa situationer utifrån olika typer av händelser och exempel pa ingripande när nödrätten används ska speglas pa utbildningen.



Brandskyddsforeningen Sodermanland

Hjart- lungraddning

- Hjart- lungraddning enligt HLR-radets rekommendationer.
- Handhavande och ovning med hjartstartare.

Första hjälpen

- Första hjälpen enligt HLR-radets rekommendationer. Tonvikt på olycksfall med blödning och cirkulation.

Grundläggande brandskyddsutbildning

- Brandstart och brandorsaker
- Brandförlopp
- Brandspridning
- Brandsäkerhet i hemmet

Agerande vid brand

- Brand i bostad: **Tänk på din egen säkerhet**
 - Livräddning - bulta och knacka för att rädda – finns stege i närheten? Gå inte in i byggnad med tät rök.
 - Känn på dörren – är den varm – glänta på dörren försiktigt och kika in – gör en riskbedömning.
 - Gör släckförsök med pulversläckare, vattenslang, brandfilt från säker plats. Öppna upp så lite som möjligt – håll branden inestängd.
 - Ta hand om drabbade personer enligt Första hjälpen.
 - Skydda mot brandspridning till annan byggnad.
 - Finns saker att rädda?
 - Om möjligt meddela räddningstjänsten information om händelsen.
 - Om möjligt möt upp räddningstjänsten och informera det ni vet om händelsen.



Brandskyddsforeningen Sodermanland

- Brand i på lantgård: **Tänk på din egen säkerhet**
 - Se även brand i bostad
 - Finns djurhållning – gå inte in i byggnad som är rökfylld eller brinner. Öppna om möjligt upp för djur att själva utrymma – är ofta svårt – tänk på egen säkerhet.
 - Finns särskilda risker? T.ex. gasflaskor för dessa i säkerhet

- Mark- gräs- skogsbrand: **Tänk på din egen säkerhet**
 - Livräddning – finns skadade personer? Ge Första hjälpen.
 - Vistas inte i röken
 - Begränsa branden, om möjligt släck mot vinden, tänk på egen säkerhet.
 - Använd det som finns tillgängligt att släcka med, vattenslang, vattenkannor, lövruskor, räfsor mm
 - Om möjligt meddela räddningstjänsten information om händelsen.
 - Vid behov bistå med vägvisning
 - Om möjligt möt upp räddningstjänsten och informera det ni vet om händelsen.

- Brand i fordon: **Tänk på din egen säkerhet** (Se även agerande vid trafikolycka)
 - Livräddning, för undan skadade personer och ge Första hjälpen.
 - Gör släckförsök – använd pulversläckare
 - Vid läckage från fordonet försök att ställa under ett kärl för uppsamling.
 - Om möjligt meddela räddningstjänsten information om händelsen.
 - Om möjligt möt upp räddningstjänsten och informera det ni vet om händelsen.

Agerande vid Trafikolycka

- **Tänk på din egen säkerhet**
- Tänk på placering av eget fordon, eget fordon får inte placeras så att det orsakar fler olyckor eller hindrar räddningsfordon.
- Varna andra, ställ ut varningsskylt slå på varningsblinkers.
- Finns risk för brand eller annan omständighet som innebär ett livshotande läge för då undan den drabbade personen till säker plats
- Ge Första hjälpen
- Om möjligt meddela räddningstjänsten information om händelsen.
- Om möjligt möt upp räddningstjänsten eller ambulans och informera det ni vet om händelsen.



Agerande vid drunkning

- **Tänk på din egen säkerhet**
- Den bästa livräddaren är en torr livräddare. Ropa på hjälp från andra.
- Se dig omkring om det finns en livboj eller båt du kan använda istället för att själv hoppa i vattnet
- Använd "Förlängda armen"
Förlängda armen är något mellan dig och den nödställda som förhindrar att du blir neddragen under ytan av den du ska rädda. Det kan vara en livboj, trädgren, jacka eller leksak som finns i närheten.
- Om personen är medvetslös och inte andas, försök påbörja HLR med inblåsningar redan i vattnet då ökar chansen att överleva.
- Medvetslösa människor med blöta kläder är tunga
Ta ett låsgrepp bakifrån under armarna. Använd böjda knän när du ska få upp den medvetslösa personen ur vattnet.
- Om du befinner dig på en brygga eller kajkant
För att få upp den medvetslösa personen - doppa ner kroppen i vattnet medan du håller i armarna för att få hjälp av vattnets flytkraft på väg upp igen.
- Om möjligt meddela räddningstjänsten information om händelsen.
- Om möjligt möt upp räddningstjänsten eller ambulans och informera det ni vet om händelsen.

Information om larmning

- Det här händer när någon ringer 112 om t.ex. en brand
- Dessa aktörer larmas ut vid respektive typhändelse
- Så larmas CIP
- Kontakt med räddningstjänsten



Brandskyddsföreningen Södermanland

Information om att hantera en traumatisk händelse

Vi vet aldrig vad vi kan komma ställas inför, vi vet inte vem vi möter eller hur den som är drabbad mår. Det kan innebära svåra skador och i värsta fall dödsfall. Det är upplevelser ingen skulle behöva utsättas för men samtidigt kan denna insats vara helt avgörande för hur det går för den som är drabbad. I ett lokalt område på landsbygden är det stor sannolikhet att den som är drabbad är någon som medverkande CIP känner väl eller är närstående. Det gör att upplevelsen att närvara kan vara än värre än om den drabbade är okänd. Samtidigt kan tillfredsställelsen vara stor om man kan utföra en avgörande insats för en person i nöd.

Räddningstjänsten följer upp händelser som är svåra med egen personal och kommer även att följa upp er som CIP med att erbjuda samtal. I första läget med befäl och övrig räddningspersonal som varit med om händelsen men vid behov så vänder vi oss till sjukvården och den hjälp vi kan få där. Det är viktigt att om CIP själva känner behov av stöd och behöver prata efter en händelse och ni inte blir erbjuden detta själva tar kontakt med räddningstjänsten.

Krisberedskap

- Hemberedskap
- Kommunens beredskap
- Bemanning av trygghetspunkter

Information från Brandskyddsföreningen Södermanland

- Vad är Brandskyddsföreningen Södermanland?
- Alla CIP registreras i Brandskyddsföreningen Södermanland för att omfattas av gruppolycksfallsförsäkring.
- Brandskyddsföreningen Södermanland förser CIP med utrustning. Ambitionen är att bistå med CIP-jacka, varselväst, pulversläckare, liten sjukvårdsväska, varningspuckar.
- Brandskyddsföreningen Södermanland tar tacksamt emot sponsring och gåvor och förmedlar sedan detta vidare för att utveckla CIP-verksamheten.