

Velkommen til VIVAT-kurset «Førstehjelp ved selvmordsfare»

Et todagers kurs som hjelper deg å hjelpe mennesker i selvmordsfare.

- **Sted:** Rotnes Kirke, Rådhusveien 3 1482 Nittedal
- **Dato:** Onsdag 3. april og torsdag 4. april 2019
- **Tidspunkt:** Kl. 08:30 – 16:00 begge dager
- **Kostnad:** Gratis for kommunalt ansatte og frivillige hjelpere i Nittedal Kommune. **Andre: Kr. 800,- til dekning av kurslitteratur og servering.**
- **Målgruppe:** Ansatte og frivillige i Nittedal Kommune, samt eksterne hjelpere som i sitt virke møter mennesker som kan ha selvmordstanker
- **Kursledere:** Lasse Nilsen og Kari Sellæg

Kurset «Førstehjelp ved selvmordsfare» er en nasjonal satsning, opprettet som et av flere tiltak i den statlige handlingsplan «Tiltak mot selvmord». Vivat er finansiert av Helsedirektoratet og forankret ved Regionalt Ressursenter om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging (RVTS). Kurset er blitt oppgradert i 2015, og det er beregnet for hjelpere med ulik faglig bakgrunn som i sitt virke møter mennesker der selvmord kan være en del av bildet.

Mer enn 30 000 personer over hele landet har hittil deltatt. De fleste gir uttrykk for at kurset har hjulpet dem godt til å kunne reagere mer effektivt på selvmordsatferd og kan anbefale kurset videre til andre.

På kurset lærer man å:

- fange opp mennesker som kan være i selvmordsfare
- stille direkte spørsmål om selvmordstanker
- hjelpe personen i selvmordsfare å snakke om det som er vanskelig
- gjøre en vurdering av selvmordsfaren
- lage og iverksette en plan med vedkommende, hvor målet er å berge livet
- bruke lokale ressurser i krisehjelp

Kurset går over to dager og gjennomføres i form av forelesninger, videofilmer, diskusjoner, erfaringsutveksling og praktiske øvelser. Det arbeides mye i smågrupper.

Kurset undervises av sertifiserte kursledere, som er fagpersoner. VIVAT selvmordsforebygging har ansvar for utdanning av kursledere og kvalitetssikring av kurset. Vivat-kurs er et oppfølgingstiltak i Nittedal kommunes «Tiltaksplan for bekjempelse av selvmord». I følge planen er det *«enhetsledere som er ansvarlige for å sende aktuelle ansatte på kurs»*. Påmelding for kommunale ansatte må derfor skje etter godkjenning fra nærmeste leder, som igjen drøfter deltakelse med Enhetsleder.

Kurset er godkjent av følgende fagorganisasjoner:

- Norsk sykepleieforbund som meritterende for godkjenning til klinisk spesialist i sykepleie/spesialsykepleie med 14 timer
- Norsk psykologforening som vedlikeholdskurs med 16 timer.
- Norsk ergoterapeutforbund som spesialistspesifikt kurs for godkjenning til ergoterapispesialist i psykisk helse med 12 timer.
- Den norske legeforening i:
 - Allmennmedisin, emnekurs/klinisk emnekurs i psykiatri til videre og etterutdanning med 16 poeng.
 - Samfunnsmedisin, valgfritt kurs for leger under spesialisering og for spesialistenes etterutdanning med 14 timer.
- Fagforbundet, tellende til klinisk fagstige for hjelpepleiere og omsorgsarbeider med 14 timer.

Ytterligere opplysninger kan fås gjennom å kontakte undertegnede, eller på VIVAT's hjemmeside: www.vivatselvmordsforebygging.net.

Det er obligatorisk å være til stede på hele kurset.

Påmelding / informasjon:

Hilde Engebretsen, Avd. Psykisk Helse og Rus / Læring og Mestring Nittedal Kommune

E-post: Hilde.Engebretsen@nittedal.kommune.no

tlf.: 40037048

NB! Eksterne deltakere bes vennligst oppgi faktura-adresse ved påmelding!

Frist for påmelding; 15. mars 2019

Max antall deltakere; 24