

# Invitasjon til kurset



## Førstehjelp ved selvmordsfare

**Dato:** 27 og 28 oktober 2022

**Kl.** 09.00 - 16.30 begge dager

**Adresse:** Region Nordhordland Helsehus, 6 etg, kvassnesvegen 40, 5914 Isdalstø

**Kursledere:** Jorunn Brekkhus, Kristine Fanebust & Anita Hatlem Villanger

**Pris:** kr 500 per deltaker, dette inkluderer kursmateriell, lunsj & kaffe/kaffemat

**Påmelding frist 03.10.22** til Anita Hatlem Villanger på e-post:

[anita.hatlem.villanger@fedje.kommune.no](mailto:anita.hatlem.villanger@fedje.kommune.no)

---

Selv mord er et komplekst samfunnsproblem. Mange kan lære å gi førstehjelp ved selvmordsfare. Kurset gir handlingskompetanse som kan bidra til å redde liv.

### Om Førstehjelp ved selvmordsfare

På kurset får du mulighet til å bli mer bevisst dine egne holdninger til selvmord. Kurslederne gjennomgår kunnskap om selvmordsatferd og viser en modell for intervensjon ved selvmordsfare. Vi øver på å bruke modellen.

Du lærer å:

- oppdage mennesker som har det vanskelig og kan være i selvmordsfare
- stille direkte spørsmål om selvmordstanker
- hjelpe personen i selvmordsfare til å snakke om det som er vanskelig
- arbeide med usikkerhet om å leve eller dø
- lage og iverksette en plan med vedkommende, hvor målet er å berge liv
- bruke hjelperessurser i lokalsamfunnet

Kurset bruker ulike læringsmetoder som forelesning, film, diskusjon, erfaringsutveksling, praktiske øvelser og arbeid i grupper. **Kurset er prosessorientert og har en faglig og pedagogisk oppbygning som krever full deltakelse begge kursdagene.**

### Kurset er godkjent av følgende fagforeninger:

- Den norske legeforening: Emnekurs/klinisk emnekurs i psykiatri til videre- og etterutdanning i allmennmedisin (16 poeng). Valgfritt kurs under spesialisering og for spesialistenes etterutdanning i samfunnsmedisin (14 timer).
- Fagforbundet: Tellende til klinisk fagstige for hjelpepleiere og omsorgsarbeidere (14 timer) • Norsk Ergoterapeutforbund: Specialistspesifikk kurs meritterende til ergoterapispesialist i allmennhelse og mental helse (12 timer)
- Norsk Psykologforening: Fritt spesialkurs (14 timer) og vedlikeholdskurs (14 timer)
- Norsk Sykepleierforbund: Merittering for godkjenning til klinisk spesialist i sykepleie/ spesialsykepleie (14 timer)
- Norsk Gestaltterapeut Forening: 12 timer Profesjonell faglig oppdatering i kategori D2

Førstehjelp ved selvmordsfare undervises av godkjente kursledere. Vivat har ansvar for utdanning av kursledere og kvalitetssikring av kurset. Kurset er utviklet av LivingWorks i Canada og brukes internasjonalt under betegnelsen ASIST, Applied Suicide Intervention Skills Training.

Mer info. om kurset og Vivat finnes på <http://www.vivatselvmondsforebygging.net/>

### **Velkommen på kurs!**

*Selvordstemaet berører, og kurset utfordrer på mange plan. Dersom du er i en livssituasjon hvor du selv har behov for hjelp med selvmordstanker, anbefaler Vivat at du oppsøker hjelp og heller deltar på kurs ved en senere anledning.*