

Sandefjord kommune inviterer til kurset



Førstehjelp ved selvmordsfare

Dato: 15. og 16. oktober 2025

Kl. 08.30 - 16.00 begge dager

Adresse: Stokke kommunehus (inngang D, 3. etg.) Nygaards allé 1, 3160 Stokke
(anbefalt parkering ved/bak Tassebekkveien 4 (gratis, uten tidsbegrensning))

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 undervises av Elisabeth Kehlet og Harald Heggernes som er 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.

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: Spesialistspesifikk kurs meritterende til ergoterapispesialist i allmennhelse og mental helse (12 timer)
- Norsk Psykologforening: Vedlikeholdskurs (16 timer)
- Norsk Sykepleierforbund: Merittering for godkjenning til klinisk spesialist i sykepleie/ spesialsykepleie (14 timer)
- Norsk Gestaltterapeut Forening: Profesjonell faglig oppdatering i kategori D2 (12 timer)

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

Kursavgift: 1000 kr
(Inkluderer enkel lunch, kaffe, te og frukt.)

Påmeldingsfrist: 22. september

Påmelding sendes: M. Lisbeth Røed ved Psykisk helse og aktivitet
maren.lisbeth.roed@sandefjord.kommune.no

Følgende informasjon må inkluderes ved påmelding:

Tittel: Påmelding til kurset "Førstehjelp ved selvmordsfare" 15. og 16. oktober 2025

Navn:

Yrke:

Arbeidssted:

Leders navn og referansenr. for faktura:

Organisasjonsnummer og fakturaadresse: (gjelder ikke ansatte i Sandefjord Kommune)

Telefon: (som du kan nås på, på dagtid)

e-postadresse:

Allergi, intoleranse eller annet relevant:

Bekreftelse på kursplass og betalingsinformasjon kommer på e-post i uke 39

Forespørsler om kurset kan rettes til:

Harald Heggernes (90 40 23 08) harald.heggernes@sandefjord.kommune.no

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.



**SANDEFJORD
KOMMUNE**