

Velkommen til opplæringsdag for frivillige

Distriktets høstkursdag 2018



Tid:

Lørdag 13. oktober (uke 41)

Sted:








Quality Hotel Grand, Kongsberg
Chr. Augusts gate 2
3611 Kongsberg
Tlf.: 32 77 28 00

Påmelding og frist:

Innen 27. september 2018 via denne
[lenken](#) (hold nede Ctrl-tasten og klikk).

Kursmeny:



-  Beredskapskurs for ledere
-  Norsk Grunnkurs Førstehjelp (NGF)
-  Grunnkurs psykososial førstehjelp (GPF)
-  DiBa-workshop (lær det viktigste)
-  Introduksjon til Røde Kors, 1 times e-læring (Du får hjelp. Ta med pc).
-  Temakurs migrasjon
-  Temakurs besøkstjeneste

I denne invitasjonen finner du nærmere informasjon om;

- kursbeskrivelser (hensikt, læringsmål, målgruppe, krav til forkunnskaper m.m.)
- rammeprogram for kursdagen
- priser
- påmelding (i samråd med din lokalforening via lenken ovenfor senest innen 27. september)
- hvordan invitasjonen er distribuert
- opplæring generelt i Røde Kors

MENY:

Som vanlig kan du velge å delta på to kurs på samme dag, dersom du ønsker (bortsett fra om du velger beredskapskurset eller førstehjelpskurset (NGF), som varer hele dagen).

Alle kurs inkluderer lunsj.

De tre obligatoriske grunnmodulskursene (introduksjon til Røde Kors, grunnkurs psykososial førstehjelp og norsk grunnkurs førstehjelp) avholdes lokalt ved behov, men vi tilbyr kursene denne kursdagen for at de som mangler kurset kan få gjennomført det.

Før lunsj kl. 10-13:	Kursholdere:
Beredskapskurs for ledere, 6 ½ time (fortsetter etter lunsj)	<i>Trude Marie Nilsen (905 68 240)</i>
Norsk grunnkurs førstehjelp, 6 timer (fortsetter etter lunsj)	<i>Britt M. Bø (908 18 028)</i>
DiBa-workshop, 3 timer	<i>Anikken E. Hjelde (980 07 474)</i>
Grunnkurs psykososial førstehjelp, 3 timer	<i>Kjell Sævre (906 87 238)</i>
Kl. 12-13: Introduksjonskurs (for alle nye frivillige). Vi tar det sammen som e-læring. Ha med egen pc.	<i>Jill Therese Larsen (416 53 535)</i>
Felles lunsjbuffet kl. 13-14	
Etter lunsj kl. 14-17 (1730):	
Beredskapskurs for ledere fortsetter (til ca. 1730)	<i>Trude Marie Nilsen (905 68 240)</i>
Norsk grunnkurs førstehjelp fortsetter (til kl. 1700)	<i>Britt Bø (tlf. 908 18 028)</i>
Temakurs migrasjon, 3 timer	<i>Johanne Lie Sandnes (997 03 420)</i>
Temakurs besøkstjeneste, 3 timer	<i>Inga Nyvoll Bjelland (901 33 134)</i>

Frivillig kurskoordinator:

Jill Therese L. Larsen (tlf. 416 53 535/e-post: kursleder.hurum@hjelpkorpsset.info)
fra Hurum Røde Kors.

Jill Therese tar imot deltakerregistrering, deler ut deltakermapper, er bindeledd mellom hotell og kursholdere og vil være kontaktperson for deltakere og kursholdere når spørsmål måtte oppstå. Hun hjelper også de som ønsker å gjennomføre introduksjonskurset på nett kl. 12-13.

PRAKTISK:

Rammeprogram

- Kl. 0900-0945 Innrykk og deltakerregistrering. Rundstykker serveres
Kl. 1000-1300 Kursene før lunsj gjennomføres (introduksjonskurs e-læring kl. 12-13)
Kl. 1300-1400 Felles lunsj og deltakerregistrering for de som kun deltar etter lunsj
Kl. 1400-1700 Kursene etter lunsj gjennomføres. Tilgang på frukt, is og drikke i pausene
Obs! Beredskapskurs for ledere avsluttes ca. kl. 1730

Pris

Din lokalforening betaler kurset. Dagpakkepris kr 650,-/pers.
Dette inkluderer møteromsleie, utgifter til kursholder og adm. tilrettelegging, to halve rundstykker og kaffe/te ved ankomst på morgenen, lunsj og tilgang på frukt, softis og kaffe/te/vann i pausene.
De som trenger overnatting fra fredag, avklarer dette med sin lokalforening og tar selv kontakt med hotellet og ordner dette via telefon 32 77 28 00.

Påmelding

All påmelding i samråd med din lokalforening eller nærmeste Røde Kors-leder via denne [lenken](#) senest innen torsdag 27. september 2018.

Vi tar forbehold om nok påmeldinger for å gjennomføre det enkelte kurstilbudet. Ved stor pågang til et kurs, er det førstemann til mølla-prinsippet som gjelder. Alle deltakere får tilsendt velkomstbrev til oppgitt e-postadresse før kursstart, og får også beskjed dersom et kurs blir avlyst.

Spørsmål?

Kontakt distriktskontoret hos Buskerud Røde Kors via telefon 22 05 40 00 eller 906 49 087 og spør etter Jorunn H. Kornerud.

Hvem får kursinvitasjonen?

Invitasjon m/meny og påmeldingslenke, samt nødvendig informasjon ble sendt ut via vår ukentlige e-post "Lederposten" i uke 36 og tid og sted har også vært kommunisert der fom. uke 26.

"Lederposten" mottas av alle lokalforeningsledere, lokalrådsledere, aktivitetsledere og distriktsfullmaktvalgte. Disse er ansvarlige for å videreformidle informasjonen til sine frivillige på egnet måte, slik at nødvendig opplæring ivaretas. (Det er også sendt ut en del papirkopier til lokale ledere, slik at disse kan deles ut til aktuelle frivillige.)

Informasjon er også delt via vår nettside www.rodekors.no/buskerud og vår Facebook-side "Buskerud Røde Kors". Del gjerne informasjonen på lokale sider.

KURSBESKRIVELSER:

Nedenfor ser du beskrivelse av alle kursene. Programmet legges opp ift. læringsmål og innhold, og kursholderen legger inn nødvendige pauser.



Beredskapskurs for ledere (6,5 timer)

Lokalforeningene i Buskerud vedtok på sitt årsmøte at dette kurset skal tilbys i år. Hensikten med kurset er å øke beredskapskompetansen, -interessen og -kulturen i Røde Kors.

Målgruppen er tillitsvalgte og oppnevnte ledere i lokal-, distrikts- og sentralleddet, samt medlemmer av beredskapsutvalg på lokal- og distriktsplan. Den primære målgruppen er lokalforeningsleder, beredskapsansvarlig, distriktsstyre og beredskapsutvalg.

Læringsmål:

Etter endt kurs har deltakerne:

1. fått innsikt om hva beredskap innebærer for den enkelte og for Røde Kors som beredskapsorganisasjon
2. fått innsikt om forventningene til valgte ledere i beredskapsorganisasjonen Røde Kors
3. fått kjennskap til organiseringen av samfunnssikkerhets- og beredskapsarbeidet i Norge, samt fått grunnleggende kjennskap til kommunal beredskapsplikt og relevant lovverk
4. fått kjennskap til hva den frivillige rollen innebærer samt oppgaver og ansvarsavgrensning i lokalforeningen
5. fått innsikt om samarbeid mellom Røde Kors og myndigheter på beredskapsfeltet
6. fått kunnskap om beredskapsplanlegging og hvordan en beredskapsplan kan utarbeides
7. fått innsikt om hvordan samarbeidsavtaler kan utarbeides
8. fått innsikt i hensikten med å øve, forståelse for hvordan øvelser kan planlegges og hvordan øvelser gjennomføres



Norsk grunnkurs førstehjelp (6 timer)

Etter endt kurs skal deltakerne kunne grunnleggende førstehjelp ved de vanligste sykdoms- og skadetilfeller.

Målgruppen er alle frivillige og ansatte i Røde Kors (hjelpekorpsset har kurset innbakt i sin grunnopplæring).

Læringsmål:

- 1) Kjeden som redder liv
- 2) Medisinsk nødtelefon
- 3) Undersøkelse og førstehjelp ved akutt sykdom
- 4) Hjerte-/lungeredning til voksne og barn
- 5) Fremmedlegemer i luftveiene hos voksne og barn
- 6) Førstehjelp ved trafikkulykker og dagliglivets ulykker



Introduksjon til Røde Kors (som e-læring på nett, 1 time)

Dette kurset er inngangsporten til organisasjonen vår og målgruppen er alle frivillige og ansatte. Bli kjent med historien, verdigrunnlaget, hvordan vi er organisert, aktivitetene og beredskapstanken. Kurset arrangeres lokalt ved behov (3 timer), men kan også gjennomføres via egen pc som e-læring. De som mangler kurset og skal videre på sitt temakurs, kan gjennomføre kurset i forkant eller sammen i en gruppe på Kongsberg før lunsj. Ta med egen pc.



DiBa workshop – praktisk og enkel opplæring (3 timer)

I Røde Kors har vi et digitalt system som heter DiBa. Her finner man ulik informasjon om alle frivillige, medlemmer og fastgivere. Vi ønsker å tilby en tilrettelagt praktisk opplæring i DiBa, som vil være nyttig for deg i din lokalforening.

Målgruppen er de som blant annet tar ut medlemslister, legger inn kompetanse, kontakter nye frivillige og ønsker en generell oversikt over hva man har muligheter til ved bruk av DiBa. For å få best utbytte av opplæringen anbefales det å ta med egen pc.



Grunnkurs psykososial førstehjelp (3 timer)

Hensikten med kurset er å bidra til å gjøre deltakerne trygge i rollen som hjelpere overfor berørte i timene og de første dagene etter at en krise eller katastrofe har funnet sted. Kurset gir innsikt i og formidler kunnskap som bidrar til at deltakerne blir i stand til å yte god psykososial førstehjelp. Gjennom oppgaver og øvelser får deltakerne også trene på hvordan slik støtte best kan gis. Kurset er også et bidrag i å styrke Røde Kors' rolle som beredkapsorganisasjon lokalt og sentralt.

Målgruppen er alle frivillige og ansatte i Røde Kors (hjelpekorpsset har kurset innbakt i sin grunnopplæring).

Læringsmål

Introduksjon

- Forståelse for betydningen av psykososial førstehjelp i Røde Kors
- Kunnskap om hvordan kriser eller katastrofer kan ramme
 - 1) VÆR nærværende
- Kunnskap om betydningen av fysisk og psykisk nærvær i møte med berørte
- Kunnskap og råd om hvordan forholde seg i møte med berørte av en krise eller katastrofe
 - 2) LYTT oppmerksomt
- Kunnskap om hvordan lytte oppmerksomt, med en aktiv og støttende holdning
- Trening i aktiv lytting
- 3) AKSEPTER ulike reaksjoner
- Kunnskap om de ulike reaksjonsfasene til berørte i etterkant av kriser og katastrofer
- Forståelse for hvordan en best kan møte berørtes ulike følelsesmessige reaksjoner
- 4) GI omsorg og praktisk hjelp
- Forståelse for betydningen av å gi omsorg og praktisk hjelp til berørte
- Kunnskap om hvordan bistå berørte med omsorg og praktisk hjelp
- Kjennskap til vanlige reaksjoner hos hjelper i forbindelse med kritiske hendelser.
- Kjennskap til hvordan ta vare på seg selv som hjelper i etterkant av innsats



Temakurs migrasjon (3 timer)

Hensikten med temakurset er å gi informasjon om migrasjonsfeltet og betydningen av et inkluderende samfunn. Kurset skal gjøre den frivillige trygg og motivert i rollen som frivillig i migrasjonsaktiviteter. Kurset skal gi en innføring i det mellommenneskelig da det er nettopp dette våre aktiviteter på migrasjonsfeltet dreier seg om.

Målgruppen er frivillige og ansatte som allerede er aktive i flyktingguiden, i aktiviteter i samarbeid med asylmottak eller i norsktrening og frivillige og ansatte i andre migrasjonsaktiviteter i Røde Kors. Deltakerne må ha gjennomført kurset "Introduksjon til Røde Kors" (eller tilsvarende før 2008), som også tilbys som e-læring på Kongsberg kl. 12-13.

Læringsmål:

Etter endt kurs har deltakeren:

- 1) Fått kunnskap om hva som skaper migrasjon og hvilke grupper som befinner seg i Norge.
- 2) Fått en oversikt over asylprosessen i Norge.
- 3) Fått en oversikt over hvilke rettigheter og krav flyktinger har etter at de får en oppholdstillatelse.
- 4) blitt tryggere på hva det vil si å være frivillig i en migrasjonsaktivitet.
- 5) Fått kunnskap om hvilke hensyn de må ta som frivillige i Røde Kors.
- 6) Fått en praktisk innføring i hva man gjør som flyktingguide, vennefamilie, i en aktivitet på asylmottak og i norsktrening.
- 7) Fått kjennskap til retningslinjer, veileder, instruks og verktøy som finnes for aktivitetene.



Temakurs besøkstjeneste (3 timer)

Hensikten med temakurset er å gi frivillige besøksvener forståelse for Røde Kors sitt arbeid med mennesker i sårbare livssituasjoner – spesielt dem som opplever ensomhet og sosial ekskludering. Temakurset skal heve kunnskapen til frivillige om hvordan det er å være en besøksvenn gjennom oppgaver og refleksjon om rollen, målgruppen og praktisk gjennomføring. Kurset skal forberede og motivere de frivillige til hva det innebærer å være en besøksvenn. Målgruppen er alle frivillige i besøkstjenesten og besøksvenn med hund. Deltakerne må ha gjennomført kurset "Introduksjon til Røde Kors" (eller tilsvarende før 2008), som også tilbys som e-læring på Kongsberg kl. 12-13.

Læringsmål:

- 1) Deltakeren skal få en kort introduksjon om hvem kursholderen og de andre deltakerne er. Deretter en kort innføring i utdanningsplanen før forventningene og programmet for kvelden blir presentert.
- 2) Deltakeren skal få kunnskap om hva som inngår i rollen som besøksvenn, og bli bevisst sine ressurser som kan hjelpe en i rollen som besøksvenn.
- 3) Deltakeren skal få kunnskap om hvem som ønsker besøk og hvilke utfordringer som ligger i møte med mennesker i sårbare livssituasjoner.
- 4) Deltakeren skal få kunnskap om hvor besøkene foregår og hva de kan bruke besøktiden til.
- 5) Deltakeren skal få kunnskap om praktisk informasjon, derav instruksene for Besøkstjenesten og kontaktinformasjon.
- 6) Deltakeren skal få kunnskap om hva som skjer etter endt kurs, veien videre og oppfølging av den frivillige.
- 7) Deltakeren skal få kunnskap om historien til Besøkstjenesten – hvordan denne aktiviteten ble dannet og hvordan den har utviklet seg gjennom mer enn 60 år.

GENERELT OM OPPLÆRING I RØDE KORS:

Når du blir frivillige hos oss, representerer du noe mer enn bare deg selv. Du skal handle på vegne av verdens største humanitære organisasjon, og vi ønsker å trygge både deg som frivillig og den du skal hjelpe. Det viktigste er at frivillige kjenner sin rolle og aktivitet, kan litt førstehjelp og handler innenfor organisasjonens mandat og retningslinjer. Derfor gir vi deg en gratis skolering.

Slik er utdanningsløpet vårt;

Når du melder deg som frivillig til Røde Kors, deltar du først på et **kurset «Introduksjon til Røde Kors»**, 3 timer. Kurset tilbys også som e-læring på 1 time, for de som har behov for et annet alternativ.

Kontakt din lokalforening for mer informasjon om dette eller se <https://learn.didac.no/rodekors>

Alle i Røde Kors skal også kunne litt enkel førstehjelp, og tilbys derfor **Norsk Grunnkurs i Førstehjelp**, 5 timer og **Grunnkurs psykososial førstehjelp**, 3 timer. Disse tre overnevnte kursene utgjør Røde Kors Skolens GRUNNMODUL og avholdes for alle frivillige og ansatte i Røde Kors. Forutsetningen er minimum gjennomført introduksjonskurs før du deltar på ditt aktivitetskurs og kan delta i aktivitet én til én.

Deretter gjennomgår du **kurs i forhold til den aktiviteten du har valgt å være frivillig** i (denne opplæringen kalles HOVEDMODUL). Hjelpeskorpset har en relativt omfattende skolering (kalt grunnopplæring), mens det innen organisasjon, omsorg og Røde Kors Ungdom er korte temakurs (vanligvis 3 timer), samt mulighet til et generelt felleskurs.

Det finnes også **PÅBYGGINGSMODULER** innen pedagogikk, ledelse og delegatarbeid og det finnes ulike workshops, seminarer, håndbøker, videoer og andre arenaer for læring.

De fleste gjennomfører sitt nødvendige utdanningsløp **innen det første året de er frivillige**, og det gir en kompetanse som er nyttig både i arbeidet som Røde Kors-frivillig og ellers i livet. Det er også svært nyttig å kunne vise til Røde Kors-erfaring/-skolering på sin CV når man skal søke skoler og jobb.

Ønskes ytterligere kurs og faglig påfyll, er mulighetene mange i Røde Kors – og vi forsøker å knytte til oss egnede og dyktige kursholdere. De som måtte være interessert i å bli med på kursholderlaget vårt, oppfordres til å ta kontakt med oss på distriktskontoret via telefon 22 05 40 00.

Opplæring er viktig – og gøy!

.....