

Til alle medlemmer (aspiranter og mannskap):

# - Skade i vinterfjellet

21.-23.november lærer og trener vi på det vi gjøre!



**Vil du delta i vinterberedskap? Lær, tren og oppdater førstehjelp og rutiner i vinterfjellet. Kurs for årets og fjorårets aspiranter. Mannskap får egne utfordringer.**

Når det skjer en skade i skitrekktet og du er på vakt er det viktig at du er trygg. Hva kan du og hva kan du ikke? Hva gjør du og hva gjør du ikke? Dette lærer og trener vi på denne helgen. Fokus på pasientundersøkelse og vindusmelding. Mannskap deltar og trener sammen med aspiranter.

Stikkord for kurset er pasientundersøkelse, nedkjøling, pasientjournal, sambandsbruk, pakking i pulk, bruk av vakuumutstyr. Kurset er lagt opp slik at alle skal få mye trening.

**Dato:** Fredag 21.til søndag 23.november (klokkeslett på nettet)

**Sted:** Frikvarteret, Sirdal

**Pris:** Kr.600,- inkl. mat, transport, hytte, instruktør og materiell.

Det er mulighet for friplasser dersom det skulle være utfordringer med å betale. Ta kontakt med Ivar

**Ta med:** Se pakkelliste på nett. All mat ordner vi.

Husk laken og dyne- og putetrekk!

**Kontakt:** Ivar Anton Nøttestad, tlf. 950 31 101

Påmelding/info finner du på <https://sbgsv.no/aktivitet/4088>

