



VANDSIKKERHED

Prøver til undervisere og livreddere ved bassin og åbent-vand

BASSIN LIVREDDERPRØVEN

Bassin Livredderprøven henvender sig til livreddere, der skal have ansvar for vandsikkerhed i svømmehaller og ved bassiner. En bestået Bassin Livredderprøve giver certifikat til at arbejde som livredder i det anlæg, prøven er aflagt i. Undervisere skal have Bassinlivreddercertifikat, hvis ikke der er livreddere på arbejde i anlægget, når der undervises. De fysiske krav i denne prøve er under den internationale standard fra ILS.

Forudsætninger: Alle, der er fyldt 17 år inden årets udgang, kan indstille sig til Bassin Livredderprøven.

Påklædning: Bassin Livredderprøven skal gennemføres med anlæggets livredderuniform eller med minimum shorts og T-shirt. Svømmebriller er ikke tilladt.

Dommer: En dommer med gyldig licens fra Dansk Svømmeunion kan dømme Dansk Svømmeunions Bassin Livredderprøve.

Certifikat: Certifikatet gælder til det bassin, som prøven er aflagt i. En prøve kan overflyttes til et andet anlæg ved en grundig gennemgang af det andet anlæg. En prøve kan aldrig overføres til et anlæg, der har en dybere bassindybde end det bassin, hvor prøven er aflagt.

Efter bestået prøve sendes certifikatet via e-mail.
Prøven kan betales med Dankort fra prøvetageren eller via faktura.

Gyldighed: Certifikatet er gyldigt et år.

Pris: 100 kr. (pr. 1. januar 2017)

INDHOLD I BASSIN LIVREDDERPRØVEN

Bassin Livredderprøven har fire dele: en anlægsdel, en formprøve, en redningsdel og en mundtlig eksamination. De fire dele præsenteres nærmere nedenfor.

1. ANLÆGSDEL

Fremvisning og gennemgang af sikkerhedsforanstaltningerne på anlægget.

Livredderen skal have et grundigt kendskab til:

- Alarmerings- og evakueringsplaner
- Placering af telefon til alarmering, ilt-udstyr, hjertestarter og andet sikkerhedsudstyr
- Specielle sikkerhedsforanstaltninger ved fx vipper, rutsjebaner, klatrevægge og tårne
- Sikkerhedsforanstaltninger ved håndtering af kemikalier – herunder klor og syre.

2. FORMPRØVE

Udspring efterfulgt af 200 m svømning:

- Livredderen starter fra bassinkant eller startspringsskammel.
- De første 50 m skal svømmes med overblik og hovedet over vand. Maksimaltid på første 50 m er 1 min. 30 sek.

To på hinanden følgende dykninger:

- En bjærgedukke er placeret på bassinets dybeste del ved bassin-væg.
- Livredderen dykker fra vandtrædning og opsamler dukken. Efter optag slippes dukken. Inden for 60 sek. skal andet dyk påbegyndes.
- Efter anden opsamling bjærges dukken til nærmeste kant.

Formprøven viser om:

- Livredderen kan svømme.
- Livredderen har overskud i vand og kan dykke.



3. REDNINGSDDEL

Redning af panisk nødstedt:

- Livredderen befinder sig ved en overvågningsposition.
- Et panisk medie er i vandoverfladen 10 m fra bassinkant.
- Livredderen skal udføre redningen uden at komme i direkte kontakt med den nødstedte.
- Hjælpe midler og beroligende kommunikation bør anvendes.

Prøven viser, om livredderen kan udføre en redning af panisk svømmer og i den forbindelse kan:

- Bevare ro og overblik.
- Benytte en redningsmetode, som giver den største grad af sikkerhed for livredderen.

Redning af bevidstløs voksen i samarbejde med hjælper:

- Livredderen befinder sig ved en overvågningsposition.
- Et medie befinder sig forestillet bevidstløs i vandet ved en af bassinets endevægge.
- Livredderen udfører alarmering af hjælper og springer i vandet. Mediet bjærges 25 m, mens der holdes frie luftveje.
- Livredderen skal demonstrere kunstigt åndedræt i vand, indtil hjælperen er klar til at hjælpe med ophaling.
- Demonstrationen udføres ved kanten. Livredderen giver indblæsninger på mediets pande.
- Hjælper skal assistere med redning og genoplivning.
- Hjælper alarmerer, henter genoplivningsudstyr og assisterer med ophaling.
- Mediet ophales, og hjerte-lunge-redning med anlæggets genoplivningsudstyr demonstreres på voksendukke i samarbejde med hjælper.
- Redningen afsluttes med, at mediet lejres i stabilt sideleje.

Prøven viser livredderens evne til at:

- Bevare overblik og uddelegere arbejdsopgaver i en redningsaktion
- Bjærge en bevidstløs 25 m
- Give kunstigt åndedræt i vand (ved kant, mens der ventes på hjælper)
- Ophale med hjælper
- Udføre hjerte-lunge-redning i samarbejde med hjælper
- Bruge anlæggets genoplivningsudstyr i samarbejde med hjælper.

Redning af bevidstløst barn uden hjælper:

- Livredderen befinder sig ved bassinkant. En bjærgedukke er placeret i bassinets dybeste del 10 m fra livredderen.
- Et medie er klar i vandoverfladen.
- Livredderen springer i vandet og udfører skrådyk mod bjærgedukke.
- Dukken opsamles. I vandoverfladen slippes dukken, og mediet bjærges til kanten, mens der holdes frie luftveje.
- Mediet ophales alene, og genoplivning startes på junior- eller spædbarnsdukke.
- Efter et minuts genoplivning udfører livredderen en forestillet alarmering til Alarmcentralen og henter genoplivningsudstyr.

- Redningen afsluttes med stabilt sideleje efter minimum to minutters yderligere genoplivning, hvor anlæggets genoplivningsudstyr benyttes.

Prøven viser livredderens evne til at:

- Dykke, opsamle, bjærge og ophale
- Udføre hjerte-lunge-redning alene og uden genoplivningsudstyr
- Alarmere Alarmcentralen på korrekt tidspunkt ved drukneulykker, hvor en person har hjertestop som følge af iltmangel, og der ikke er hjælpere til stede
- Udføre hjerte-lunge-redning alene ved hjælp af anlæggets genoplivningsudstyr.

Håndtering af nakkeskade:

- Livredderen fremviser håndtering af nakkeskade på et medie, som simulerer en skade på nakken ved at ligge livløst i vandoverfladen på lavt og på dybt vand. Mediet er ved bevidsthed.
- Livredderen demonstrerer et nakke-hoved-hold og strakte- arme-hold med vending.
- Håndtering af nakkeskader diskuteres.

Prøven viser livredderens evne til at:

- Hjælpe en person med skade på nakken, indtil professionelt redningsmandskab ankommer.

4. MUNDTLIG EKSAMINATION

Livredderen svarer mundtligt på spørgsmål omkring førstehjælp til skader, der kan opstå i anlægget (faldskader, blødninger, hedeslag, kramper m.m.). Overhøringen kan desuden berøre genoplivning og brug af anlæggets genoplivningsudstyr.

Prøven viser, om livredderen er forberedt på de forskellige typer ulykker, der kan ske ved bassiner.