



Fyrstahjálp.

1. Kenna til tey fyra hævðuspunktini hjá einum fyrstuhjálpa
2. Læra at geva HLB "Hjarta – Lunga – Bjarging"
3. Læra at brúka AED "Hjartastartari"
4. Læra fyrstuhjálpina til "at hava sett í hálsin"
5. Læra fyrstuhjálpina til druknu ólukkur
6. Læra um bløðingar
7. Leggja arm í fattil
8. Vitja sjúkraflutningstænastu í tínum økið
9. Læra fyrstuhjálpina til køling
10. Vitja títt bjargingarfelag í tínum økið