



## Øvelse 4 - QCPR (Utfordrende miljø)

### Scenario

Dere har vakt på P4 vinterlyd som arrangeres inne på grunn av dårlig vær, det er mye folk på konserten og god stemning. Plutselig faller en av publikummerne om.

### Markørbeskrivelse/utstyr

**Utstyr:** Little Anne QCPR, treningshjertestarter, det utstyret du er på førstehjelpsvakt med, høytaler, mobiltelefon, ørepropper, mørkt rom. Tips: App – discolight (lyd og lys)

### Gjennomføring

Gjennomfør øvelsen i et mørkt rom, ha gjerne på litt støyende musikk og eller utstyr deltakerne med ørepropper. Man kan bruke appen; discolight for lyssetting. Deltakerne øver med det utstyret de ville hatt med seg på førstehjelpsvakt under en konsert. For å kunne ha fleksibilitet i vanskelighetsgrad, kan instruktøren vurdere hvor mange minutter det tar før musikken kan skrus av eller lyssettingen bli annerledes.

### Læringsmål / Evaluering

- Arbeide i mørkt og støyende miljø
- Utføre HLR/DHLR med god kvalitet

#### **Evaluering:**

- Ha fokus på læringsmålene
- La deltakerne evaluere egen innsats

#### **Tips til spørsmål i evalueringen:**

- På hvilken måte var støy og mørke med å påvirke kvaliteten på HLR?
- Hva hadde støy og mørke å si for teamarbeidet?