

Kompetansekatalog

Barnehage 2025-2026



Kompetansehevende tiltak

Del 1: Kompetanseplan for barnehager i Lillestrøm kommune 2021-2026

Del 2: Kompetansehevende tiltak i 2025-2026

Lillestrøm kommune

Del 1: Kompetanseplan for barnehager i Lillestrøm kommune 2021-2026

Forord	3
Ulike roller og ansvar i forhold til kompetanse	4
Barnehageeiers ansvar	
Pedagogisk-psykologisk avdeling sitt ansvar	
Barnehagenes ansvar	
Nasjonale og lokale føringer	5
Nasjonale føringer	
Nasjonale støtteressurser	
Regionale ordninger for kompetanseutvikling	
Lokale føringer	
Felles lokale føringer	
Barnehagenes egne tiltak	
Kompetansetiltak til særskilte grupper	
Autismespekterforstyrrelser (ASF)	
Litteraturliste	7

Forord fra kommunalsjef barnehage og avdelingssjef PPA

Lillestrøm kommune har i sin oppvekststrategi visjonen *Sammen om en god oppvekst*.

Inkludering av alle barn i fellesskapet er den viktigste oppgaven for barnehagene i Lillestrøm kommune, og barnehagen skal tilpasse det ordinære tilbudet etter barnas behov og forutsetninger. Gode kompetanseutviklingstiltak som er forankret i forskning er en viktig del for å lykkes med arbeidet. I Lillestrøm kommune samarbeider barnehageeier tett med PPA om kurs og nettverk for barnehagene. Vi er stolte over å kunne presentere årets katalog. Kompetansetiltakene sees i nær sammenheng med *Kvalitetsplan for omsorgs-, leke- og læringsmiljø*.



Ulike roller og ansvar i forhold til kompetanse

Barnehageeiers ansvar

Barnehageeier har ansvar for å sikre at personalet har den nødvendige kompetansen for å ivareta kvalitetskrav slik disse er uttrykt i *Lov om barnehager* og *Forskrift om rammeplan for barnehagens innhold og oppgaver*. Behovet for kompetanseutvikling i egne barnehager må kartlegges og skal være langsiktig. Arbeid med kompetanseutvikling må sees i sammenheng med rekruttering. Barnehageeier skal initiere og legge til rette for kompetanseheving. Barnehageeier i Lillestrøm kommune er kommunalsjef barnehage med assisterende kommunalsjef. PPA i Lillestrøm kommune er en viktig støttespiller og bidragsyter til kompetanseutvikling i barnehagene våre. PPA utfører oppgaver på vegne av barnehageeier, blant annet veiledning av nyutdannede i Lillestrøm kommune og kurs og nettverk i tråd med de gjeldende nasjonale og lokale satsninger og føringer.

Pedagogisk- psykologisk avdeling sitt ansvar

PPAs mandat fremgår av barnehageloven. Mandatet innebærer at tjenesten skal hjelpe barnehagen i arbeidet med kompetanseutvikling og organisasjonsutvikling. Tjenesten skal bidra til at barnehager forebygger, oppdager og avhjelper vansker tidlig, samt sikre at flest mulig kan ivaretas innenfor et ordinært tilbud.

Alle barnehager har en barnehagekontakt i PPA slik at det skal være lett å ta kontakt og for at veiledning og kurs skal tilpasses barnehagens behov.

Når PPA planlegger og gjennomfører tiltak for kompetanseutvikling, skjer dette ofte i samarbeid med UH- sektoren, Statsforvalteren og de regionale kompetansesentrene. PPA samarbeider også med sentrale fag- og forskningsmiljøer.

Barnehagenes ansvar

I Lillestrøm kommune er vi opptatt av å bygge kollektiv kapasitet, både i den enkelte barnehage, men også i kommunen. Vi er opptatt av «laget rundt barnet», at vi har et felles språk og at vi bygger tiltak på ny og aktuell forskning innenfor barnehagefeltet. Dette har blitt tydeliggjort gjennom oppvekststrategien. Barnehagestyrerne har ansvar for å kartlegge og ha oversikt over kompetansen i egen barnehage. Ledelsen i barnehagen må legge til rette for at ansatte får delta i kompetansetiltak i kommunal regi. Samtidig er det pedagogiske refleksjons- og utviklingsarbeidet som foregår i egen barnehage svært viktig, og dette arbeidet ledes av styrer i samarbeid med de pedagogiske lederne.

Nasjonale og lokale føringer

Nasjonale føringer

Kompetanse for fremtidens barnehage er en strategi for kompetanse og rekruttering i barnehagesektoren i perioden 2023-2025. Målet med strategien er å sikre alle barn et barnehage tilbud av høy kvalitet. Denne må sees i sammenheng med strategien Barnehage for en ny tid.

System for kompetanse- og karriereutvikling for ansatte i barnehage og skole er en nasjonal strategi som vil fases inn i 2025 og 2026. Den vil erstatte *Kompetanse for fremtidens barnehage 2023-2025*. Målet med det nye systemet er tredelt:

- gi ledere, lærere og andre ansatte i barnehage og skole gode muligheter for kompetanse- og karriereutvikling gjennom hele arbeidslivet
- styrke de profesjonelle læringsfellesskapene i og mellom barnehager og skoler
- gjøre barnehager og skoler til attraktive arbeidsplasser som rekrutterer og beholder lærere og andre yrkesgrupper

Nasjonale støtteressurser

Barnehagene oppfordres til å bruke digitale læringsressurser:

- [Udires kompetansepakker](#) som støtteressurs i den barnehagebaserte kompetanseutviklingen
- [Jegvet.no](#) er en gratis læringsressurs for barnehager og skoler om mobbing, vold, overgrep og barns rettigheter. Innholdet er knyttet til rammeplan for barnehagen og læreplan for skolen
- [SNAKKEmedbarn](#) er et verktøy for å utvikle og trene de ansatte på vanskelige samtaler med barn. Dette er et verktøy vi bruker aktivt i Lillestrøm kommune.

Regionale ordninger for kompetanseutvikling

Kompetanseløftet for spesialpedagogikk og inkluderende praksis skal være et varig kompetanseløft på det spesialpedagogiske feltet, og skal bidra til at kommuner har tilstrekkelig kompetanse tett på barna for å kunne forebygge, fange opp og gi et inkluderende og tilpasset pedagogisk tilbud til alle, inkludert barn med behov for særskilt tilrettelegging. Det er den enkelte kommune som melder behov for midler til Statsforvalteren. For å kunne melde behov i Kompetanseløftet skal fortrinnsvis barnehage, skole og PPA alle være en del av kompetansetiltaket som ønskes igangsatt, men det er også mulig å melde behov for barnehage og PPA. Kommunen er ansvarlig for at også private barnehager inkluderes i tiltaket. Lillestrøm kommune som barnehageeier har sammen med barnehagemyndighet, skole og PPA meldt inn behov i denne ordningen kommende periode. Satsingsområdet er språk, lesing og skriving.

Lillestrøm kommune som barnehageeier vil årlig vurdere å melde behov for kompetanseutvikling gjennom regional ordning. Det er viktig å se på allerede

igangsatte kompetansetiltak, slik at disse kan ses i sammenheng og være gjensidig forsterkende. Det kan både være aktuelt å melde for barnehager enkeltvis og samlet. Fra 2026 vil tilskuddsordningene for lokal kompetanseutvikling bli en del av det nye systemet for kompetanse- og karriereutvikling som omtales over.

Lokale føringer

Kvalitetsplan for barnehage, *Kvalitetssikring av omsorgs- leke- og læringsmiljø* er utenom rammeplan for barnehager det viktigste verktøyet for støtte for barnehagene i arbeidet med utvikling av et godt omsorgs-, leke- og læringsmiljø og er forpliktende for barnehagene. I tillegg er språk et viktig og felles satsingsområde for barnehage og skole, der *Kvalitetsplan for språk, lesing og skriving* er en viktig ressurs. Satsingsområdene gjenspeiles i kompetansehevende tiltak for alle ansatte, blant annet gjennom påmeldingskurs og bestillingskurs.

I tillegg bygger kompetanseplanen på andre lokale planer som *Kvalitetsplan for tilvenning i barnehagene* i Lillestrøm, *Kvalitetsplan for overgang fra barnehage til skole og SFO*, *Kvalitetsplan for regning* og *Kvalitetsplan barn og elever med stort læringspotensial*.

Felles lokale føringer

Lillestrøm kommune er BTI-kommune. BTI står for bedre tverrfaglig innsats og er en samhandlingsmodell for helhetlig og koordinert arbeid rundt barn og unge. I tillegg til kompetanseutvikling og kompetansetiltak i regi av barnehageeier, vil det være felles kompetansetiltak innenfor de tverrfaglige områdene.

Autismespekterforstyrrelser (ASF)

PPA har et team som tilbyr tidlige, intensive og systematiske tiltak for barn diagnostisert med ASF. Teamet bidrar til å øke kompetansen på ASF både hos de ansatte i barnehage og til foreldrene til barnet. De samarbeider om samtidighet i tilbudet til foreldre, barnet selv og ansatte i barnehage. Teamet bidrar inn i og holder kurs og workshops om ASF. Det tette samarbeidet med barnehagene gir teamet mulighet til å både gi tidlige og riktige tiltak, kompetanseheving og til å sikre helhet og sammenheng i tilbudet til barna og deres familier.

Barnehagenes egne tiltak

Basert på kompetansekartlegging og analyse av ståsted i egen barnehage, skal den enkelte barnehage lage lokale kompetanseplaner. Disse må sees i sammenheng med de kommunale tiltakene. På bakgrunn av sitt analysearbeid må den enkelte barnehage også melde behov til barnehageeier, slik at tiltakene stadig utvikles og tilpasses behovet i barnehagen. Pedagogisk analyse er et av flere verktøy som anbefales i dette arbeidet.

Litteraturliste

Barnehageloven (2006). Lov om barnehager (LOV-2005-06-17-64). Hentet fra <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2005-06-17-64>

Kunnskapsdepartementet (2017). *Rammeplan for barnehagens innhold og oppgaver*. Hentet fra <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/rammeplan-for-barnehagen/>

Haugset, A. S, Ljunggren, E. B., Mordal, S., Nissen, K., Fagerholt, R. A., Gotvassli, K. Å., Stene, M. (2019). Evaluering av arbeidet med kvalitet i barnehagen. Hentet fra <https://www.udir.no/contentassets/08e78d77a9634d2a8de9e55b22ec2591/evaluering-kvalitet-i-barnehagen--tfou-2019.pdf>

Gjerustad, C., Hjetland, H. N., Opheim, V. (2019). TALIS Starting Strong Survey: Første hovedfunn. Hentet fra <https://nifu.brage.unit.no/nifu-xmlui/handle/11250/2650397>

Del 2: Kompetansehevende tiltak i 2025-2026

1. Språk, omsorg, lek og læring

Påmeldingskurs

- 1.1 [Pedagogisk analyse i arbeid med språk, omsorg, lek og læring](#)

Bestillingskurs

- 1.2 Språk og språkutvikling
- 1.3 Innføring i Språkvekst – systematiske tiltak for styrking av ordforråd
- 1.4 Reguleringsstøttende omsorgsmiljø
- 1.5 Utfordrende atferd, tvang og makt - forebygging og mulige tiltak
- 1.6 Pedagogisk tilrettelegging for barn med autisme
- 1.7 Alternativ og supplerende kommunikasjon og tegn til tale

Digitalt kurs

- 1.8 [Pedagogisk tilrettelegging for barn med autisme - digitalt kurs](#)

2. Nyutdannede barnehagelærere og veiledere

Påmeldingskurs

- 2.1 [Nettverk for nyutdannede barnehagelærere i sitt 1. arbeidsår](#)
- 2.2 [Nettverk for nyutdannede barnehagelærere i sitt 2. arbeidsår](#)
- 2.3 [Nettverk for veiledere for nyutdannede barnehagelærere](#)

3. Livreddende førstehjelp

Bestillingskurs

- 3.1 Livreddende førstehjelp - teoridel og praksis i svømmehall
- 3.2 Livreddende førstehjelp - inkludert livredning utendørs
- 3.3 Førstehjelp og hjerte-lunge-redning (HLR)

4. Internasjonalt samarbeid gjennom Erasmus+

- 4.1 Internasjonalt samarbeid gjennom Erasmus+

Private barnehager og kompetansehevende tiltak i Lillestrøm kommune

Private barnehager får årlig tilsendt informasjon om kompetansekatalogen, påmelding og henvisning. Det kan også rettes direkte henvendelse til PPA eller barnehagemyndighet.

1. Språk, omsorg, lek og læring

1.1 Pedagogisk analyse i arbeid med språk, omsorg, lek og læring

Målgruppe	Pedagogisk ledere som ønsker en innføring eller oppfrisking i verktøyet pedagogisk analyse.
Innhold	Kurset gir en innføring i pedagogisk analyse som et verktøy for å beskrive og analysere ulike sider ved barnehagens pedagogiske praksis, samt for å arbeide med tiltak og evaluering. Hovedmålsettingen med bruken av verktøyet er å utvikle et omsorgs- og læringsmiljø som gir gode betingelser for trivsel, læring og utvikling hos barna. Gjennom bruken av analyseverktøyet skal ansatte enkeltvis og sammen utvikle kompetanse i det å forstå sammenhengen mellom barns handlinger og ulike forhold i barnehagens omsorgs- og læringsmiljø. Det å anvende pedagogisk analyse skal bidra til utvikling av en kollektiv og endringsorientert kultur i den enkelte barnehage.
Tid	Tirsdag 03.03.26 kl. 13.00-15.00
Sted	Lillestrøm rådhus, kommunestyresalen
Ansvarlige	Ann-Merethe Sjaaeng Rønning, Fagstab Oppvekst An-Magritt Nysveen, PPA
Påmelding	KS Læring, frist 1.9.25

1.2 Språk og språkutvikling

Målgruppe	Barnehager som ønsker felles kompetanseheving for hele eller deler av personalet.
Innhold	Innholdet utarbeides i dialog med barnehagen. Aktuelle temaer kan være språkutvikling, språkvansker, språk- og læringsmiljø, høytlesing, samt bruk av alternativ og supplerende kommunikasjon.
Varighet	Kurset har oftest en varighet på to-tre timer, men kan tilpasses ut fra ønsker og behov. Tilbudet kan gjennomføres som en kursrekke over flere ganger, dersom det er ønskelig. Det vil da bli lagt opp til refleksjon, casearbeid og oppgaver mellom kursøktene.

Ansvarlig	Hovedgruppe Grunnleggende ferdigheter
Bestilling	Henvendelse gjøres ved å sende systemsak i P360 til PPAs organisasjonsnummer. Henvisningsskjema finnes i Samsvar.

1.3 Innføring i Språkvekst – systematiske tiltak for styrking av ordforråd

Målgruppe	Barnehager som ønsker felles kompetanseheving for hele eller deler av personalet.
Innhold	Sentralt innhold er: • kort innføring i hva språk er, med utgangspunkt i Bloom & Laheys modell og språktreet • teoretisk og praktisk gjennomgang av tiltaket Språkvekst • arbeid med å planlegge og lage materiell til tiltaket • erfaringsdeling etter utprøvde tiltak
Varighet	To samlinger á to timer. Første samling handler om hva språkvekst er og hvordan tiltaket gjennomføres. Andre samling er evaluering etter utprøvd periode med Språkvekst.
Ansvarlig	Hovedgruppe Grunnleggende ferdigheter
Bestilling	Henvendelse gjøres ved å sende systemsak i P360 til PPAs organisasjonsnummer. Henvisningsskjema finnes i Samsvar.

1.4 Reguleringsstøttende omsorgsmiljø

Målgruppe	Barnehager som ønsker felles kompetanseheving for hele eller deler av personalet.
Innhold	Hvordan hjelper vi de barna som ikke responderer på de voksnes forventninger på en akseptabel måte? Hvilken støtte trenger barna som slår, kaster ting eller skriker mye? Dette kurset gir anvendelig kunnskap om hvordan vi kan møte barn med sterke følelsesuttrykk og hva som er til hjelp når følelsene blir så store at de kommer i veien for samspill og læring. Kurset gir også en innføring i viktige prinsipper for å forebygge store følelsesutbrudd og fremme mer hensiktsmessige handlingsmåter. Gjennom kurset vil personalet få mulighet til å drøfte problemstillinger og gjøre kunnskapen relevant for praksis.

Varighet Kurset har oftest en varighet på 2-3 timer, men tilpasses ut fra ønsker og behov.

Ansvarlig Hovedgruppe Psykisk helse og livsmestring

Bestilling Henvendelse gjøres ved å sende systemsak i P360 til PPAs organisasjonsnummer. Henvisingsskjema finnes i Samsvar.

1.5 Utfordrende atferd, tvang og makt - forebygging og mulige tiltak

Målgruppe Alle som jobber med barn med autismespekterdiagnoser og store lærevansker

Innhold Hva er utfordrende atferd og hvordan kan den forebygges? Det kan være vanskelig å vite hvor grensen går når barn utsetter seg selv og andre for fare. Hva er riktig å gjøre ut fra alder, modning og funksjonsnivå?

Kurset gir en enkel innføring i grensesetting og sikkerhet opp mot bruk av tvang og makt. Ethiske refleksjoner blir vektlagt. Innholdet kan tilpasses etter nærmere dialog med bestiller.

Varighet Kurset har vanligvis en varighet på 3 timer, men kan tilpasses ut fra ønsker og behov.

Ansvarlig Hovedgruppe Utviklingsforstyrrelser

Bestilling Henvendelse gjøres ved å sende systemsak i P360 til PPAs organisasjonsnummer. Henvisingsskjema finnes i Samsvar.



1.6 Pedagogisk tilrettelegging for barn med autisme

Målgruppe	Barnehager som ønsker en felles kompetanseheving for hele eller deler av personalet.
Innhold	Kurset gir en enkel innføring i hva autismediagnoser er og blir illustrert gjennom praktiske eksempler fra barnehagehverdagen. Tiltak for god pedagogisk tilrettelegging blir gjennomgått.
Varighet	Kurset har vanligvis en varighet på 3 timer, men kan tilpasses.
Ansvarlig	Hovedgruppe Utviklingsforstyrrelser
Bestilling	Henvendelse gjøres ved å sende systemsak i P360 til PPAs organisasjonsnummer. Henvisningsskjema finnes i Samsvar.

1.7 Alternativ og supplerende kommunikasjon og tegn til tale

Målgruppe	Alle ansatte i barnehagen, eventuelt de som jobber direkte med barn med autismespekterdiagnoser.
Innhold	Hva er alternativ og supplerende kommunikasjon, og hvordan brukes dette for å tilrettelegge for barn med spesielle behov? Kurset kan skreddersys og det kan også tilrettelegges med praktiske øvelser og opplæring i bruk av grunnleggende tegn.
Varighet	Kurset har oftest en varighet på ca 2,5 timer, men kan tilpasses..
Ansvarlig	Hovedgruppe Utviklingsforstyrrelser
Bestilling	Henvendelse gjøres ved å sende systemsak i P360 til PPAs organisasjonsnummer. Henvisningsskjema finnes i Samsvar.

1.8 Pedagogisk tilrettelegging for barn med autisme - digitalt kurs

Målgruppe	Alle ansatte
Innhold	Kurset gir en innføring i hva autismespekterdiagnoser er, og hvordan dette kan vise seg i barnehagen. Det brukes praktiske eksempler.
Tid	40 minutter
Ansvarlige	Mariann Lauritsen og Elisabeth Rustebakke, Pedagogisk-psykologisk avdeling
Hvor finner vi kurset?	KS Læring

2. Nyutdannede barnehagelærere og veiledere

2.1 Nettverk for nyutdannede barnehagelærere i sitt 1. arbeidsår

Målgruppe	Nyutdannede barnehagelærere i sitt 1. arbeidsår
Innhold	Mål: Alle nyutdannede nytilsatte lærere får en god overgang fra utdanning til yrke gjennom profesjonsfaglig veiledning av god kvalitet. Dette er i tråd med nasjonale prinsipper for veiledning av nyutdannede nytilsatte lærere i barnehage og skole. Gjennomgående tema i nettverkene vil være arbeid med pedagogisk ledelse, mestring og muligheter, samt utfordringer og erfaringer fra egen praksis. Vi tar utgangspunkt i aktuelle temaer for deltagerne, og vektlegger individuell og kollektiv profesjonsutvikling.
Tid	Tirsdagene 16.09.25, 14.10.25, 25.11.25, 27.01.26, 10.03.26 og 21.04.26. Første nettverk fra kl. 09.00-12.00, resten fra kl. 09.00-11.00 Du blir også invitert til sosialt treff på kveldstid for alle nyutdannede lærere 19.09.25 og 16.04.26. Nærmere informasjon kommer.
Sted	Måsan Aktivitetssenter, Kjerulfsgate 38, Lillestrøm
Ansvarlige	Anne Linn Sagen og An-Magritt Nysveen, Ressursteam for veiledning av nyutdannede lærere
Påmelding	KS Læring, frist 01.09.25

2.2 Nettverk for nyutdannede barnehagelærere i sitt 2. arbeidsår

Målgruppe	Nyutdannede barnehagelærere i sitt 2. arbeidsår
Innhold	Mål: Alle nyutdannede nytilsatte lærere får en god overgang fra utdanning til yrke gjennom profesjonsfaglig veiledning av god kvalitet. Dette er i tråd med nasjonale prinsipper for veiledning av nyutdannede nytilsatte lærere i barnehage og skole. Gjennomgående tema i nettverkene vil være arbeid med pedagogisk ledelse, mestring og muligheter, samt utfordringer og erfaringer fra egen praksis. Vi tar utgangspunkt i aktuelle temaer for deltagerne, og vektlegger profesjonsutvikling, organisasjons- og systemforståelse.
Tid	Tirsdagene 23.09.25, 21.10.25, 02.12.25, 03.02.26, 17.03.26 og 05.05.26. Alle dager fra 09.00-11.00 Du blir også invitert til sosialt treff på kveldstid for alle nyutdannede lærere 19.09.25 og 16.04.26. Nærmere informasjon kommer.

Sted Måsan Aktivitetssenter, Kjerulfsgate 38, Lillestrøm

Ansvarlige Anne Linn Sagen og An-Magritt Nysveen,
Ressursteam for veiledning av nyutdannede lærere

Påmelding [KS Læring, frist 01.09.25](#)

2.3 Nettverk for veiledere for nyutdannede barnehagelærere

Målgruppe Veiledere for nyutdannede barnehagelærere

Innhold Mål: Alle nyutdannede nytilsatte lærere får en god overgang fra utdanning til yrke gjennom profesjonsfaglig veiledning av god kvalitet. Det vil si en planlagt, systematisk og strukturert prosess individuelt og i gruppe. Dette er i tråd med nasjonale prinsipper for veiledning av nyutdannede nytilsatte lærere i barnehage og skole.

Gjennomgående tema i nettverkene vil være veileders rolle, mestring og muligheter, samt å dele utfordringer og erfaringer fra egen praksis. Deltakerne blir kjent med teori og øver på samtaleferdigheter og ulike veiledningsmetoder.

Tid Tirsdagene 02.09.25, 11.11.25, 24.02.26 og 14.04.26
Alle dager fra 12.00-15.00

Sted Måsan Aktivitetssenter, Kjerulfsgate 38, Lillestrøm

Ansvarlige Anne Linn Sagen og An-Magritt Nysveen,
Ressursteam for veiledning av nyutdannede lærere

Påmelding [KS Læring, frist 01.09.25](#)



Foto: kommunikasjonsavdelingen, Lillestrøm kommune

3. Livreddende førstehjelp

3.1 Livreddende førstehjelp

Målgruppe Alle ansatte

Innhold Teoretisk og praktisk arbeid med basal hjerte- og lungeredning, samt livredningsprøve i vann:

- hoppe/stupe fra rundt en meters høyde
- svømme direkte 100 meter bryst og 100 meter rygg
- dykke og hente opp tre dykkeringer, en livredningsdukke eller partner fra bunnen av bassenget
- ilandføre en person/livredningsdukke minst 25 meter
- gjennomføre hjerte- og lungeredning på øvelsesdukke
- gjøre rede for alarmplanen
- bruke forlenget arm som redningsline, livbøye og redningsstang
- gjøre rede for redning av person med nakkeskade

Livredningsprøven må gjennomføres årlig av alle som underviser i svømming og som skal ha ansvar i eller ved vann.

Total kurstid er tre timer. Kursholderne stiller med nødvendig utstyr.

Etter avtale kan det også gis opplæring i førstehjelp, hjerte- lungeredning og bruk av hjertestarter. Utgifter belastes den enkelte barnehage.

Tid og sted Avtales direkte med kursholderne

Kursholdere Triton Lillestrøm svømme- og triatlonklubb
livredning@tritonlillestrom.no

Sørumsand IF
svomming@sif.no

Fet Svømmeklubb
livredning@fetsk.no

3.2 Livreddende førstehjelp – inkludert livredning utendørs

Målgruppe Alle ansatte

Innhold Praktisk og teoretisk arbeid med selvredning og livredning i vann både utendørs og innendørs. Dette omfatter:

- å gjøre rede for alarmplan og underliggende risikovurderinger
- livredning fra land - bruk av forlenget arm
- livredning i vann utendørs - selvberging og livredning
- livredning i basseng - selvberging, livredning og livredningsprøve
- førstehjelp som hører sammen med livredning i vann

Kurset inneholder livredningsprøven som må gjennomføres årlig av alle som underviser i svømming og som skal ha ansvar i eller ved vann.

Total kurstid er fem timer. Kursholderne stiller med nødvendig utstyr.

Etter avtale kan det også gis opplæring i førstehjelp, hjerte-lungeredning og bruk av hjertestarter. Utgifter belastes den enkelte barnehage.

Tid og sted Avtales direkte med kursholderne

Kursholdere Triton Lillestrøm svømme- og triatlonklubb
livredning@tritonlillestrom.no

Sørumsand IF
svomming@sif.no

Fet Svømmeklubb
livredning@fetsk.no



3.3 Førstehjelp og hjerte-lunge-redning (HLR)

Målgruppe Alle ansatte

Innhold Dette kurset gir en grunnleggende og praktisk innføring i livreddende førstehjelp med særlig fokus på:

- grunnleggende førstehjelp ved akutte skader og sykdom
- hjerte-lungeredning (HLR) for voksne og barn
- bruk av hjertestarter (AED)
- bevisstløshet og sideleie
- sikring av frie luftveier ved kvelning
- varsling og bruk av nødnummer
- praktiske øvelser med treningsdukke og hjertestarter

Kurset er tverrfaglig rettet og gir trygghet i hvordan ansatte kan håndtere kritiske situasjoner i hverdagen, enten det skjer på lekeplassen, i klasserommet eller på tur.

Kurset har en varighet på 2-3 timer og kan gjennomføres både på dagtid, ettermiddag og kveld. Utgifter belastes den enkelte barnehage.

Tid og sted Avtales direkte med kursholderne

Kursholdere Triton Lillestrøm svømme- og triatlonklubb
livredning@tritonlillestrom.no

Sørumsand IF
svomming@sif.no

Fet Svømmeklubb
livredning@fetsk.no

4. Internasjonalt samarbeid gjennom Erasmus+

4.1 Internasjonalt samarbeid gjennom Erasmus+

Målgruppe Lærere og ledere i skole og SFO ønsker å få mer informasjon om hvordan internasjonalt samarbeid kan brukes som ledd i lokalt utviklingsarbeid.

Innhold Erasmus+ er et program for kompetanseutvikling via interkulturelle reiser. Målet er nye fagdidaktiske ideer, økt motivasjon til utforskende og problemløsende praksis, samt utvikling og deling av konkrete ideer. Programmet passer for skoler som ønsker å arbeide internasjonalt med læring og ta aktiv del i det europeiske læringsfellesskapet.

Lillestrøm kommune er forhåndsgodkjent for Erasmus+, noe som forenkler søkeprosessen for skoler og ansatte som ønsker å delta.

Samarbeidet kan handle om deltakelse på internasjonale kurs, jobbskygging på skoler i Europa og det å ta imot lærere fra samarbeidsskoler i Europa. Aktuelle samarbeidsområder er:

- variert, mangfoldig og praktisk undervisning på ulike læringsarenaer
- nære og positive relasjoner mellom aktører i skolen
- mangfold som verdi i skolen

Ønsker dere mer informasjon om Erasmus + og de mulighetene som ligger i dette? Ta kontakt for en uforpliktende samtale.

Ansvarlige Rita Hellesjø Orderud og Helene Eidem,
Oppvekst - fagstab

Henvendelse Via epost til rior01@lillestrom.kommune.no eller heei02@lillestrom.kommune.no



Kompetansekatalogen er utviklet av Pedagogisk-psykologisk avdeling 2025

Ved spørsmål, ta kontakt med Turid Lomsdalen Framnes