

Førstehjælp i børnehøjde

Førstehjælpssangen

Melodi: "Hvis du ser en krokodille i dit badekar"

Hvis man falder og man slår sig, er det ikke rart.
Så det godt at ha en ven, som der ik' er sart,
der kan hjælpe dig og trøste i en vældig fart.

Hvis det bløder, ja, så skal man bruge sæbe og vand
til at rense såret, sammen ligeså godt man kan.
Og husk at hent' en voksen, kvinde eller mand.

Og når såret det er rensset, og ej mer' er vådt
Kan et lille stykke plaster føles rigtig godt,
for det hjælper på humøret og er også flot.

Er der sket et større uheld, så være ekstra go.
Det er nu, at du skal holde hovedet helt i ro,
skal du brug' en ambulance så ring 1-1-2

At hjælpe andre det er godt og ikke svært.
Med en hjælpesang kan alle hurtigt få det lært.
Det er nemt at vær' en ven og førstehjælpsekspert.

Forslag til koreografi

Børnene står på en række eller i en rundkreds.

Hvis man falder og man slår sig, er det ikke rart.
(Der rystes på hovedet under "ikke rart")
Så det godt at ha en ven, som der ik' er sart,
der kan hjælpe dig og trøste i en vældig fart.
(Børnene vender sig mod hinanden og "trøster" hinanden
fx ved at æ med højre arm på kammeratens venstre
arm)

Hvis det bløder, ja, så skal man bruge sæbe og vand
(Børnene står igen som udgangspunkt eller bliver stående
mod hinanden 2 og 2. Den ene hånd bevæges rundt på
den anden hånds håndryg for at "vaske såret")
til at rense såret, sammen ligeså godt man kan.
(Der skiftes til "at vaske" den anden hånd)
Og husk at hent' en voksen, kvinde eller mand.
(Børnene spejder rundt efter en voksen)

Og når såret det er rensset, og ej mer' er vådt
Kan et lille stykke plaster føles rigtig godt,
(Børnene lades som om de gir hinanden plaster på 2 og 2)
for det hjælper på humøret og er også flot.

Er der sket et større uheld, så være ekstra go.
Det er nu, at du skal holde hovedet helt i ro,
(Der bankes lidt på tindingen)
skal du brug' en ambulance så ring 1-1-2
(Der peges hhv. munden, næsen og øjnene, når der synger
1-1-2)

At hjælpe andre det er godt og ikke svært.
Med en hjælpesang kan alle hurtigt få det lært.
(Armene breddes ud ved "alle")
Det er nemt at vær' en ven og førstehjælpsekspert.
(På "Hjælp" gives luften et sejrslag med knyttet hånd,
eller børnene giver hinanden high five 2 og 2)



HOVEDSTADENS
BEREDSKAB

Salvequick®

Børneulykkes
fonden