

HLR-utbildning

Nu börjar det bli dags för en ny HLR utbildning. Den förra blev mycket uppskattad och nu är det dags för en ny 12-personers grupp att ta plats i klubbhuset.

Missa inte det här tillfället att bli en "livräddare".



Fakta om plötsligt hjärtstopp

Plötsligt hjärtstopp är när hjärtat av oväntad anledning plötsligt stannar. Den som drabbas blir omedelbart medvetlös och slutar därefter att andas.

Snabb insats räddar liv. Omedelbar hjärt-lungräddning, som håller igång blodcirkulationen, i kombination med **hjärtstartare** är det enda sättet att rädda liv.

Elektriska chocker. En hjärtstartare sänder elektriska chocker för att få hjärtat att börja slå igen. Hjärtstartare kan användas utan förkunskaper eftersom den ger instruktioner till användaren.

Varje minut räknas. Insatser under de första tre minuterna är det bästa sättet att rädda liv. Chansen att överleva minskar med 10 procent för varje minut som går.

Vuxen HLR med hjärtstartare

I utbildningen Vuxen hjärt-lungräddning (HLR) med hjärtstartare lär våra instruktörer ut de kunskaper som behövs för att ge livräddande hjärt- och lungräddning och hur man använder en hjärtstartare vid ett hjärtstopp. I utbildningen ingår både teoretiska och praktiska moment där deltagarna får lära sig agera vid ett hjärtstopp, göra HLR, använda hjärtstartare samt hur de ska agera vid ett luftvägsstopp. Deltagarna får en grundlig genomgång av hur en hjärtstartare fungerar och får möjlighet att träna med en övningshjärtstartare. Inga förkunskaper **KRÄVS**.

Utbildningens innehåll

- Introduktion till hjärt- och lungräddning (HLR)
- Praktiska övningar i HLR
- Livräddning vid luftvägsstopp
- Introduktion av hjärtstartare
- Praktiska övningar med hjärtstartare samt realistiska scenarioövningar
- Förstå sambandet mellan och vikten av kvalitativ HLR och användning av en hjärtstartare för att rädda liv

Tidsåtgång: ca 2 timmar, **KOSTNAD för medlemmar i Dona Samfällighetsförening 200 kr. (ordinarie 411 kr)**

Antal deltagare: max 12 personer.

Är Du intresserad, hör av Dig till gertove.forsberg@telia.com eller sms till 0705-135120

V Ä L K O M N A till en livsviktig utbildning.