

Alla vuxna och tonåringar, bör utbildas i Hjärtlungräddning (=HLR)

Är du HLR utbildad så har du möjlighet att rädda livet på både egna familjemedlemmar och andra medmänniskor som du råkar vara i närheten av när de drabbats av hjärtstillestånd.



Vår förening utbildar nu både Barn-HLR och Vuxen-HLR.

Vi har fått ytterligare möjlighet att utbilda våra medmänniskor i hur de kan rädda andra människors liv.

På kurserna lär man sig också att påbörja HLR samt att koppla upp, lyssna på, och utföra HLR via en hjärtstartare.

Vi har utbildat våra egna Botkyrka-Salem medlemmar och deras anhöriga. Dessutom har några utomstående och företag tagit kontakt med oss och de har naturligtvis också fått utbildning. Samt medlemmar i Södertälje HjärtLungförening som är vilande f.n.

Vissa deltagare med alltför "onda kroppar", har också varit med. De har lyssnat för att kunna veta hur man tar kontakt med SOS 112 och för att kunna vägleda friska personer som orkar utföra HLR vid en akut situation.

Vi har tillgång till ca 15 st dockor som man lär sig HLR-tekniken på. Efter varje lektion spritas dockornas kontaktytor och lungorna byts ut. Deltagarna har därför alltid en ren docka att öva på.

Just nu sker utbildningen i vår lokal hos Tumba Tennis & Padel.

Det är **HLR-rådet** som ger anvisningar om hur HLR skall utföras, läs mera via denna länk: www.hlr.nu

- Via **HLR-rådet** har vi fått en del nya direktiv vad gäller hur man utför HLR (hjärtlung-räddning).
- Det är därför viktigt att ni alla får den nya kunskapen på en repetitionskurs eller grundkurs. I mån av plats kan du haka på när vi ger utbildning på vår lokal för utomstående deltagare.
- Vi följer de föreskrifter som Folkhälsomyndigheten ev. anger vid aktuell tidpunkt.
- Föreningens hjärtstartare finns alltid där vi har utbildning, uppdrag eller andra evenemang.

Våra instruktörer är

- **Eva Lorenz**
- **Yvonne Haglöf**

Yvonne och Eva är länshuvudinstruktörer inom HLR i Riksförbundet HjärtLung Stockholms län

All utbildning och prissättning sker med huvudansvar från i Riksförbundet HjärtLung Stockholms län.

Kontakta gärna mig om du vill veta mera om föreningens HLR-utbildningar!

Eva Lorenz

(E-postadress: eva.lorenz39@gmail.com eller mobil 070 713 98 81)

