



LINKÖPINGS MOTORSÄLLSKAP

MOTOCROSS

Hjärt- och lungräddning (HLR) - en livräddande kunskap för alla medlemmar!

Är du redo att rädda liv?

Hjärtstopp kan drabba vem som helst, var som helst. Att kunna HLR kan göra skillnaden mellan liv och död. Därför vill vi bjuda in alla medlemmar (över 15 år) i vår förening till en HLR-kurs som är anpassad för just motocross!

På kursen lär du dig:

- Hur du kontrollerar om en person är medvetslös och andas
- Hur du ger hjärt-lungräddning till vuxna och barn
- Hur du använder en hjärtstartare
- Viktiga riktlinjer för att agera vid hjärtstopp
- Säker avtagning av hjälm

Varför är det så viktigt att kunna HLR?

- De första minuterna efter ett hjärtstopp är avgörande för personens överlevnadschans.
- HLR kan öka chansen till överlevnad med upp till 70%.
- Du kan rädda livet på en vän, familjemedlem eller en främling.

Kursen är kostnadsfri för medlemmar och hålls i klubbhuset vid crossbanan, Linköpings motorstadion på följande datum:

Torsdag 2024-04-25 kl 18.00-21.00

Lördag 2024-05-04 kl 10.00-13.00

Kursen anordnas av RF-SISU Östergötland: [Östergötland \(rfsisu.se\)](https://rfsisu.se)



Östergötland

Anmälan:

För att anmäla dig till kursen, vänligen kontakta Jimmy Kronstrand på jimmy.kronstrand@gmail.com - först till kvarn pga begränsat antal platser. Vid frågor kan du höra av dig till Jimmy på tel: 0735-286669.

Tveka inte - anmäl dig idag och lär dig en livräddande kunskap!

Tillsammans kan vi rädda liv!