



# Läran om HLR och första hjälpen

Vet du vad du ska göra om någon i din närhet drabbas av exempelvis plötsligt hjärtstopp eller sätter i halsen?

Kunskaper i hjärt-och lungräddning och första hjälpen minskar risken för allvarliga skador och ökar chansen till överlevnad.

Utbildningen kommer bland annat att ge dig livsviktig kunskap om:

Hur du gör hjärt-och lungräddning genom korrekta utförda kompressioner och inblåsningar

Hur en hjärtstartare fungerar

Hur du hjälper bedömer en akutsituation och larma 112

Max 15 deltagare får plats på utbildningen

**Datum** måndag 27/1 2025 kl 18:30

**Plats** Rigortorpet

**Fika** kommer att finnas från kl 18:00 för de som så önskar

**Anmälan** [länk till anmälan](#)

**Kostnad** Kursen är gratis för deltagarna.

**Övrigt** Kursen är ett ypperligt tillfälle att komplettera dina kunskaper i HLR inför sommarens funktionärsuppdrag vid Hallands 3 dagars.  
Finns det stort intresse är det möjligt att vi genomför ytterligare en kurs strax innan H3D men anmäl dig i första hand till detta tillfälle.

Tävlingsledningen H3D

Bernt Andersson  
e.u.

