

1. hjælp

Kunne du tænke dig at lære 1. førstehjælp? Eller har du brug for genopfriskning – tro det eller lad være: Man glemmer utroligt hurtigt det man lærte sidst.

Vi afholder kun ét kursus i år – da der er begrænset plads (min. 12 max. 20 personer), er det først til mølle.

**Kurset afholdes i Sejlklubben Lynæs' klubhus
lørdag d. 17. marts
kl. 09:00 – 15:00**

Der er afsat ½ time til frokost – medbring selv mad.

Seneste tilmelding søndag d. 11. marts!!

Husk godt humør og tæppe/håndklæde eller træningstøj eller andet "ikke pænt" tøj, da undervisningen foregår på gulvet.

Indhold: Vekselvirkninger mellem teori og praktiske øvelser. Kurset tager udgangspunkt i de **ulykker**, som man kan hænde under idrætsøvelser, samt generelt kan opstå grundet **pludselig sygdom, hjertestop** mv. Gennemgang af brug af **hjerterstarter**.

Udbytte: Formålet med dette 6-timers kursus i førstehjælp er, at give dig færdigheder, så du er **i stand til at holde liv i og evt. genoplive** personer i de vigtige minutter lige efter en ulykke eller pludselig opstået sygdom, indtil læge eller redningspersonale overtager ansvaret.

Der kan købes øl & vand til de sædvanlige fordelagtige priser. Alm. kaffe er som altid gratis.

Spørgsmål kontakt: knold@knolds.dk Tlf. 51 24 08 64

Tilmelding i Klubmodul: [KLIK HER](#)

Vel mødt.
Sejlerskolen

PS Der udleveres deltagerbevis efter kurset.