



Civilförsvarsförbundet  
www.civil.se

Försäljningen sker genom helägda bolaget Civil AB



hjärta att hjälpa

# Ett effektivt sätt att rädda liv: Lär dig hjärt-lungräddning



I Sverige drabbas omkring 10 000 personer varje år av plötsligt hjärtstopp. Det innebär cirka 30 personer om dagen. En av dem kan vara din arbetskamrat, familjemedlem eller granne. Vet du vad du ska göra då? Om du gör något, och snabbt, finns stor möjlighet att den drabbade klarar sig bra, kanske helt utan skador. Om du gått en utbildning i hjärt-lungräddning, kan du tryggt ta hand om och hjälpa en person som fått hjärtstopp tills ambulansen kommer.

## Vi erbjuder utbildning i Vuxen-HLR med hjärtstartare

Utbildningen i HLR med hjärtstartare ger dig grundkunskaper i behandlingen av en person, som fått hjärtstopp, genom bröstkompressioner och inblåsningar. Du får också lära dig tekniken för att bedöma den drabbades tillstånd samt att kalla på hjälp. Kursen ger dig också grundläggande information om hur en hjärtstartare fungerar samt tekniker att åtgärda luftvägsstopp.

**Fakta Vuxen-HLR med hjärtstartare:** Alt 1: Tidsåtgång 2,5 timme. Upp till 12 deltagare per grupp. Alt 2: DVD-baserad utbildning om 1,5 tim för 20 deltagare kan genomföras om teknisk utrustning finns. Kompetensbevis ingår. Civilförsvarsförbundet följer Svenska Rådet för Hjärt- och Lungräddnings utbildningsprogram. **Förkunskapskrav:** Inga

Civilförsvarsförbundets instruktörer har bakgrund från vanliga arbeten vilket gör att utbildningen blir mer vardagsnära och lättare att ta till sig. Utbildningen genomförs på plats i era egna lokaler vilket spar restid för er.



Mer information finns på [www.civil.se](http://www.civil.se). Kontakta oss för offert.

Mejla [info@civil.se](mailto:info@civil.se)

Direktnummer till våra kontaktpersoner finns här: [www.civil.se/foretagsutbildningar](http://www.civil.se/foretagsutbildningar) alternativt ring 08-629 63 60.