



Smålandsidrotten bjuder in till HLR-utbildning:

# HLR (Hjärt- och lungräddning)

## – en utbildning som räddar liv!

Vi varvar praktisk träning med teori. Efter utbildningen vet ni hur ni bör agera när lindriga eller livshotande olyckor är framme. Följande kommer att gås igenom på kursen:

- Hjärt- och Lungräddning
- Använda hjärtstartare (grunderna)
- L-ABC
- Luftvägsstopp

Utbildare är Tommy Stärnetz, Cardio Säkerhet AB.

**För vem?** Alla intresserade (max 15 deltagare per kurs)

**När:** Torsdagen den 26 oktober kl. 18.00-21.00

**Var:** Ljungby, Bolmsöskolan, gymnastiksalen

**Kostnad:** Kostnadsfritt för deltagare från Ljungby Kommun. Vi bjuder på fika!

**Anmälan:** Anmälan ska **senast 13 oktober** vara SISU Idrottsutbildarna tillhanda och mailas till [lana.moberg@smalandsidrotten.se](mailto:lana.moberg@smalandsidrotten.se).

**Uppge namn, förening, personnummer och ev. specialkost/allergier vid anmälan.**

**Först till kvarn gäller då det är plats för max 15 deltagare/tillfälle.**

**Kallelse:** Kallelse och deltagarlista mailas samtliga deltagare innan kursstart.

**Frågor:** För mer information kontakta Annelie Bengtsson, Smålandsidrotten, tel. 036-34 54 41, 070-508 91 04, [annelie.bengtsson@smalandsidrotten.se](mailto:annelie.bengtsson@smalandsidrotten.se).

## VÄLKOMNA!

Kurs nr: 1000698

Smålands Idrottsförbund  
Lena Moberg

SISU Idrottsutbildarna Småland

