# GIV LIV KURSUS

HJERTEFORENINGEN TILBYDER
**GRATIS INTROKURSUS**
**I GENOPLIVNING PÅ 30 MINUTTER**

Giv-liv-folder.indd 1 22/09/2017 12.54

# Hjertestop
# 10 vigtige minutter

Ved et hjertestop pumper hjertet ikke blodet rundt i kroppen. Det betyder, at kroppens organer ikke får ilt og begynder at tage skade.

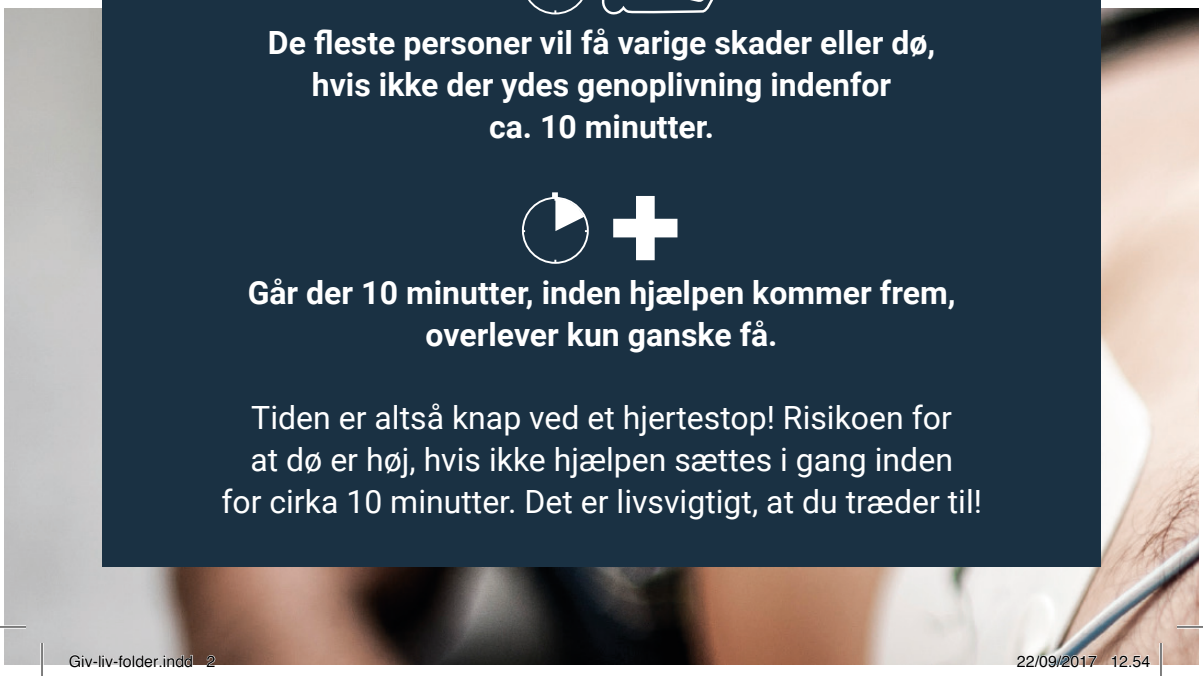
**Efter 4-6 minutter begynder hjernen at dø.**

**For hvert minut der går uden genoplivning, reduceres chancen for at overleve med 7-10 procent.**

**De fleste personer vil få varige skader eller dø, hvis ikke der ydes genoplivning indenfor ca. 10 minutter.**

**Går der 10 minutter, inden hjælpen kommer frem, overlever kun ganske få.**

Tiden er altså knap ved et hjertestop! Risikoen for at dø er høj, hvis ikke hjælpen sættes i gang inden for cirka 10 minutter. Det er livsvigtigt, at du træder til!



Giv-liv-folder.indd 2 22/09/2017 12.54

# Gratis introkursus **på 30 minutter**

## Flere skal turde træde til!

Vi skal redde flere liv i Danmark. Vi skal turde træde til og handle, hvis vi er vidner til et menneske med hjertestop. Derfor skal flere danskere have viden om genoplivning.

Hjerteforeningen tilbyder 30 minutters gratis introkurser i genoplivning.

## Et 30 minutters Giv Liv kursus klæder dig på til at redde liv, og du får viden om:

- Hvorfor genoplivning er vigtigt
- Hvordan du skaber sikkerhed i en akut situation
- Hvordan du undersøger en bevidstløs person med unormal vejrtrækning
- Hvorfor det er vigtigt at ringe til 1-1-2, hvem du kommer til at tale med og hvilken hjælp du får
- Hvordan du giver hjertemassage og kunstigt åndedræt
- Hvordan du bruger en hjertestarter/AED

Giv-liv-folder.indd 3 22/09/2017 12.54

*1 ud af 31* overlever et hjertestop
***uden*** genoplivning

*1 ud af 8* overlever et hjertestop
***med*** genoplivning

## Alle kan deltage & det tager kun 30 minutter!

**30 minutters Giv Liv kurset gør det nemt og tilgængeligt at blive klædt på til at yde genoplivning.**

Kurset kan let passes ind i et personalemøde på arbejdet, til træning og arrangementer i idrætsklubben, til familiefødselsdagen eller i forbindelse med lokale arrangementer/events. **Instruktøren kommer til jer!**

Alle instruktører er certificerede ved Europæisk Råd for Genoplivning (ERC).

## Tilmelding

Læs mere om Giv Liv og tilmelding til gratis Giv Liv kursus på:
www.hjerteforeningen.dk/givliv eller rprimdahl@hjerteforeningen.dk

EUROPEAN RESUSCITATION COUNCIL

DRG Dansk Råd for Genoplivning

Østifterne støtter omtanke

HJERTE FORENINGEN

Giv-liv-folder.indd 4 22/09/2017 12.54