

Rapestad Ridklubb satsar på säkerheten 2015

VÄRDEFULLT!

Vad gör Du när olyckan är framme?

Hos oss i Rappestad Ridklubb vill vi att alla ska känna sig trygga!

I ridsporten inträffar tyvärr ibland olyckor och vi vill att så många som möjligt ska känna att de kan hjälpa till när något inträffar. Vi satsar på säkerhet och anordnar den 22 april en utbildningskväll i samarbete med SISU Idrottsutbildarna. Utbildningen passar alla och vi får en grundlig genomgång av första hjälpen, L-A-B-C och hjärt-lung-räddning.

Det vi går igenom och tränar är direkt anpassat till Er på banan, vid banan och övriga runt banan:

- L = Livsfarligt läge
- A = Andning
- B = Blödning
- C = Chock/cirkulationssvikt

Vi lägger stor vikt vid den egna säkerheten och tränar också på att:

- Ta av hjälmar säkert och hålla kvar
- Stock-vända skadad
- Stabilt framstupa sidoläge

Datum: Onsdag 22 april

Tid: Kl 17.30-21.00

Plats: Rappestad Församlingshem

Utbildare: Annica Jacobsson, HLR-instruktör på vuxen och barn och traumautbildad narkosköterska med mångårig erfarenhet av sjukvård i sportsammahang.

Anmälan och frågor: Senast 19 april till rrkaktivitet@gmail.com

Vi bjuder på fika!

Utbildningen är kostnadsfri!

Välkommen!



SISU
Idrottsutbildarna

