OK VENDELBOERNE INVITERER TIL

KLUBAFTEN

Tirsdag d. 24/11 kl. 19.00

Højene Skole - aulaen

Ind ad hovedindgangen og til højre | Tilmelding er ikke nødvendig

1 Genopfriskning af hjertelungeredning

Vi har altid hjertestarteren med ud til løb. Men ved vi hver især, hvad vi kan bidrage med af livreddende handlinger, hvis en iblandt os falder om og har akut brug for hjælp?

Anne Marie Søborg, O-løber, narkosesygeplejerske og underviser, genopfrisker vores viden om brug af klubbens hjertestarter. Aftenen bliver en blanding af teori og praktiske øvelser på fantomdukke.

- Gennemgang af overlevelseskæden
- Træning af hjertemassage på fantom
- Gennemgang af hjertestarter og anvendelse
- Apps, der er nyttige ved hjertestop

2 Planlægning af næste års løb

Vi planlægger og fordeler næste års trænings- og klubløb.

Inden mødet bedes alle gennemgå oplægget til Klubkalenderen 2027. Oplægget offentliggøres på hjemmesiden cirka en måned før mødet. Overvej især ændringsforslag til skove, så terrænvalget er afstemt med de åbne løb.

Send ændringsforslag til: kirstenholdensen@gmail.com

Der serveres øl/sodavand, frugt og chips

Med venlig hilsen Bestyrelsen