

# Hjertestarter i Grundejerforeningen

*Invitation til mini-kursus fra medlem af Grundejerforeningen Sandager, Jonny Sjöberg:*

Kære medlem af grundejerforeningen

juli 2019

Det er fantastisk, at der er blevet opsat en hjertestarter på hjørnet ved Tycho Jessens Vej. En hjertestarter er nemlig det mest effektive redskab til at genstarte et hjerte, som er gået i stå. Men der er kun få minutter at gøre godt med, da de fleste får varige skader eller dør, hvis hjertet ikke genstartes indenfor ca. 10 minutter.

Denne sparsomme tid kan "forlænges" ved hjælp af hjertemassage, hvor hjertet masseres/presses til at fortsætte med at sende en vis mængde blod og dermed ilt rundt i kroppen og til hjernen, indtil en hjertestarter er på plads. Hjertemassagen kombineres med kunstigt åndedræt.

Hjerteforeningen har for nyligt igangsat projektet "Giv Liv", som er et samarbejde mellem Hjerteforeningen og Dansk Råd for Genoplivning, med støtte fra Østifterne. Projektet går ud på, at så mange danskere som muligt skal gennemgå minikurset 'Hjerteredderkurser, 30 minutters intro i genoplivning' under ledelse af en certificeret instruktør. Det langsigtede mål er, at alle mennesker skal kunne træde til, hvis nogen falder om med hjertestop.

Disse (gratis) minikurser foregår på den måde, at en privatperson tager initiativ til at samle et sted mellem fem og ca. 10 personer (familiemedlemmer over 12 år, naboer, venner etc) hjemme hos sig selv på et tidspunkt, som passer alle. Selve kurset tager max. 45 minutter. For at kunne deltage i et kursus skal man registrere sig med navn, adresse og fødselsdato (til brug for Hjerteforeningens statistik af hensyn til projektets forløb).

Se mere om Giv Liv projektet og minikurset her:

[https://hjerteforeningen.dk/givliv/?gclid=EAlaIQobChMI6t3sv4zX4gIVjemyCh1nAQ6uEAAYASAAEgI5ufD\\_BwE](https://hjerteforeningen.dk/givliv/?gclid=EAlaIQobChMI6t3sv4zX4gIVjemyCh1nAQ6uEAAYASAAEgI5ufD_BwE)

Undertegnede er frivillig instruktør for Hjerteforeningen og altså den, der kommer hjem til initiativtageren og afholder kurset – som både giver træning i hjertemassage på dukke samt vejledning i brug af hjertestarter.

Hvis du er interesseret i at lægge stue til et eller flere kurser, så kontakt mig gerne på mail eller telefon.

De bedste hilsner,

Jonny Sjöberg  
Neptunvej 8  
[js@o-k.dk](mailto:js@o-k.dk)  
20 28 01 38