

## Kurs pierwszej pomocy

26 kwietnia 2023r. seniorzy z Koła Emerytów, Rencistów i Inwalidów nr 8 i Uniwersytetu Trzeciego Wieku spotkali się z ratownikami panem Tomaszem i panią Kingą, którzy przeprowadzili szkolenie pierwszej pomocy. Uczyli nas jak rozpoznać stan zagrożenia zdrowia i życia (zawał serca, udar mózgu, zator płucny), i jak wtedy zareagować; jak wezwać pomoc, o czym należy pamiętać i jak sprawdzić stan poszkodowanego. Uczyliśmy się wykonać resuscytację krążeniowo-oddechową i obsługi automatycznego defibrylatora zewnętrznego, postępowania w przypadku zadławienia u dorosłych i u dzieci, a także sposobów opatrywania ran.

---