

Håber at alle er kommet godt ind i 2024.

Vi skal gøre det bedre

Vi havde i mandags et medlem der blev svimmel og lagde sig ned på gymnastikmatten, han blev spurgt om han skulle have hjælp, det ønskede han ikke, ville bare komme sig over svimmelheden. Venner og bestyrelsen overvågede ham, lagede en trøje over ham og kontaktede ham jævnlige. Han har senere været til læge/sygehus og fået justeret noget medicin.

For at vi kan gøre det bedre en anden gang, har vi i samarbejde med DGI lavet en vejledning om hvad vi gøre, hvis et medlem bliver utilpas eller dårlig:

Stop Aktiviteten:

Det første skridt er at stoppe aktiviteten øjeblikkeligt. Det er vigtigt at tage enhver form for ubehag alvorligt.

Vurder situationen:

Vurder personens tilstand. Er personen bevidstløs, har svært ved at trække vejret, har smerter i brystet eller hvis der er andre alvorlige symptomer, skal du straks ringe 1-1-2.

Tilbyd førstehjælp:

Hvis det er nødvendigt, og du er klar, bør du yde denne. Det kan omfatte hjerte-lunge-redning ved bevidstløshed eller brug af hjerte starter.

Komfort og overvågning:

Hvis en person er ved bevidsthed, men føler sig utilpas må ikke flyttes fra liggende stilling, men overvåges kontinuerligt. Sørg for at personen ikke er alene, indtil han eller hun føler sig bedre eller indtil yderlig hjælp ankommer.

Informér ansvarlige:

Informér de øvrige aktive deltagere om forløbet.

Informér foreningens ansvarlige personer, såsom formand, kontaktpersoner, instruktører, og Pulzions leder. Det er vigtigt at de er klar over situationen og kan tage passende skridt.

Efterfølgende opfølgning:

Efter en sådan hændelse er det vigtigt at følge op på personens tilstand og sikre at tage passende skridt for at undgå lignede hændelser i fremtiden.

Rapportering og evaluering:

Hændelsen tages op på næste bestyrelsesmøde og der laves en evaluering af hvordan situationen er håndteret, for at forbedre fremtidige reaktioner og fremgangsmåder.

Husk at vi skal passe godt på hinanden.

Hjertestarter hænger udenfor ved indgangen



<p>Efterlysning:</p> <p>Senior idræt søger 1 eller flere der vil hjælpe med at fotografere vore aktiviteter og lave noget tekst, for at bruge det til opslag på sociale medier – ugeavis – elektroniske medier – mm.</p> <p>Jørgen</p>	<p>Kalender:</p> <p>Aflysninger:</p> <p>Torsdag den 8. februar i hal 1. Tirsdag den. 27. februar i hal 1+2 + Squash. Onsdag den. 28. februar i hal 1 + Squash (gymnastik i hal 2).</p> <p>Kommende arrangementer:</p> <p>Indendørs krolfstævne i Pulzion den 16/3 2024 Generalforsamling: Onsdag den 20. marts 2024 kl. 11.30. Forårsfest: Mandag den 6. maj 2024 kl. 18.00</p>
---	--

Bestyrelsen