

siste

SITATET
Jeg vil så mye
som jeg ønsket
jeg ikke ville.

TIPS OSS! 74 21 21 00
tips@namdalsavisa.no
facebook.com/namdalsavisa

#namdalsavisa
SMS: natips til 2005

TRE PÅ SISTE Tror du på værvarselet?

Jannike Gartland (22), Overhalla:
- Både og.
Jeg følger jo litt med, men det er ikke alltid det stemmer. Hvis jeg skal bort, bruker jeg å sjekke, men ikke hver dag.



Berit Aune (72), Namsos:
- Nja, jeg gjør vel egentlig det. Jeg følger med på værmeldinga på tv, og da er det vel NRK jeg tror mest på. Det er best med godt vær, spesielt nå i sommer.

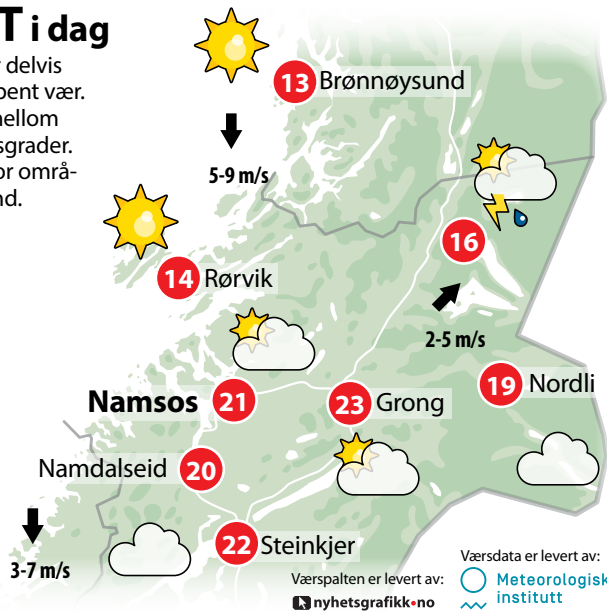


Tor Morten Jansen (53), Spillum:
- Det er vel heller mer at jeg håper... Jeg stoler vel 50/50 på værmeldinga. Jeg ser både værvarselet på tv, men også på baksida av NA - men jeg sjekker ikke hver dag.



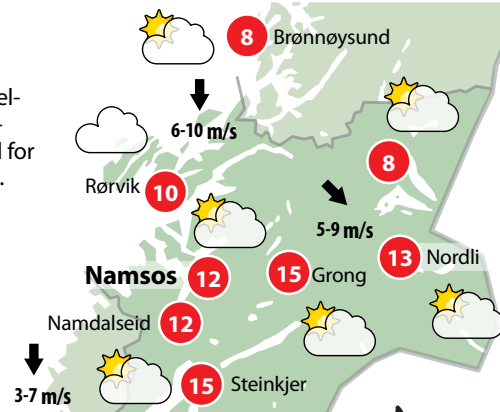
VÆRET i dag

Lettskyet eller delvis skyet, til dels pent vær. Temperatur mellom 15 og 24 plussgrader. Middell vind for området er svak vind.



i morgen

For det meste pent vær. Temperatur mellom 10 og 16 plussgrader. Middell vind for området er lett bris.



Sol og måne

	I dag	I morgen
Opp	02:59	02:57
Ned	23:26	23:29
Opp	03:15	03:32
Ned	18:27	20:04

Flo og fjære

	I dag	I morgen
Flo	09:43	10:39
Fjære	22:21	23:11
Flo	03:40	04:35
Fjære	16:07	16:59

Med annonse i Namdalsavisa papir, nett og mobil når du 9 av 10 namdalinger



SI DIN MENING

Fisker du laks?

JÅ, 26%

NEI, 74%

Sjekk dagens spørsmål på namdalsavisa.no

BOLIGPROSJEKT OVERHALLA AS
Tlf. 942 55 225

Besøk også vår butikk

Nordsjø Idé&Design
www.nordsjodesign.no

Hvordan restarte hjertet?

Kan du bruke hjertestarter? Mange kan ikke det, men nå har det blitt enklere å få framgangsmåten.

TOR MARTIN ÅRSETH
tor.martin.aarseth@namdalsavisa.no
932 25 385

NAMSOS: August Solum på Namsos Bandasje har i ei årrekke levert hjertestartere, og vet hvor viktig det er å kunne bruke apparatene på korrekt måte.

- Dette kurset er ikke noe du absolutt trenger, men det vil ofte være en stor fordel. Kommer du ut for en nødsituasjon har du ikke alltid tid til å lese instruksjoner, og da er det en stor fordel å vite hvordan du skal håndtere hjertestarteren, påpeker Solum.

Ny opplæring

Nå har mange namdalinger fått ny opplæring i regi av Norsk Resuscitasjonsråd - ikke bare om hjertestarterne, men også ei oppfriskning av grunnleggende førstehjelp.

- Det aller viktigste med livredning er ikke å kunne håndtere selve hjertestarteren, men at du vet hvordan hjerte- og lungeredning (HLR) skal utføres. Folk bør vite at HLR



OPPLÆRING: Mathias Guldvik Grongstad (til høyre) fra Norsk Resuscitasjonsråd lærer HLR til Svein Åge Finseth og Vigdis Settenøy (foran). August Solum (fra venstre bak), Liv Tranaas, Gunn Flyen Bratt, Hege Halvorsen, Tove Tingstad, Anita Ristad, Kjell Hestmo, Cathrine Ørjasæter Forås og Siv-Renate Karlsen og følger med.

skal bestå av 30 kompresjoner og to korte innblåsing, gjentatte ganger, sier Solum.

Vedlikehold

Mange som anskaffer hjertestarter tenker ikke over at dette

er et apparat som trenger vedlikehold og oppfølging.

- Både batteri og pads bør sjekkes jevnlig, slik at man er sikker på at hjertestarteren fungerer hvis det blir bruk for den. Disse apparatene er absolutt

ikke vedlikeholdsfrie, understreker Solum.

Selv er han opptatt bidra til god oppfølging av kunnskap og utstyr.

- På begynnelsen av hvert år er vi i kontakt med kundene

som har kjøpt hjertestarter hos oss. Dermed kan vi bidra til at hjelpemiddelet er klart til bruk når det trengs, sier en engasjert Solum.