

Večja varnost doma in na poti.

CERTIFIKAT: Srcu prijazna občina



Kaj je iHELP certifikat?

iHELP certifikat spodbuja in omogoča večjo osebno varnost ljudi doma, v službi in na poti. iHELP certifikat ima dolgoročne učinke v občini, organizaciji in lokalni skupnosti. Poveča se potreba in sodelovanje po pomoči sočloveku.

Zakaj iHELP certifikat?

- Občina razširi pogled in načrtuje pripravljenost na dodatna izobraževanja o večji **osebni varnosti, uporabi defibrilatorja in postopkih oživljanja.**
- Občina s pridobljenim certifikatom zaposlenim in občanom izkazuje, da jim je **mar za večjo osebno varnost.**
- **Zmanjšati absentizem**, saj se zaposleni in občani brez dodatnih skrbi in z večjo zbranostjo odzovejo na pomoč.

Kaj ponuja iHELP certifikat?

- Statistiko varnostni in varnostno točko.
- Teoretični in praktični del seminarja osebne varnost in oživljanja z uporabo defibrilatorja (AED).
- Nadgradnjo iHELP mobilne aplikacije.
- Mrežo defibrilatorjev.
- iHELP zdravstveno kartico.
- iHELP zdravstveno zapestnico.
- iHELP Diners klub kreditna kartica.
- Delavnica vpliva gibanja in prehrane.
- Delavnica varnost v vozilu in v vožnji.





iHELP Varnostna točka

NALOŽI SI BREZPLAČNO MOBILNO APLIKACIJO ZA VEČJO OSEBNO VARNOST KO STE DOMA ALI NA POTI.

- + Nudi mrežo prvih posredovalcev in defibrilatorjev.
- + Alarmiranje nujnih kontaktov, prvih posredovalcev in službo 112.
- + Prikaz vsebine prve pomoči: krvavitve, amputacija, oživljanje...
- + Dostop do digitalne zdravstvene kartoteke.

Koda za nadgradnjo aplikacije paket 300: **KRANJSKA GORA**

Kaj narediti, ko se ODRASLA oseba zgrudi ali negibno leži na tleh?

1 RAHLO GA STRESEMO za toranja in **GLASNO VPROŠAMO: KAKO STE?** Če se odzove, ga prenesite v ležečo položaj, sicer je v nesveto stanje.

ČE SE NE ODZOVE

2 POKLIČI NA POMOČ! (zadeli se glasno)

3 SPROSTIMO DIHALNO POT z ročno glavo in črpnimo brado, odpremo usta, povesimo, da v njih ni tujka, seste protize... če kaj opazimo, to odločimo in...

4 PREVERIMO DIHANJE: preslonimo uho čim bližje nosu in ustima ter pogledamo, ali se pravih ali ne gledamo ali se pravih ali ne gledamo ali se pravih ali ne gledamo... za to **PORABIMO 10 SEKUND.**

6 OŽIVLJANJE 30 : 2 vsaj 100krat in ne več kot 120krat

30 MASAŽ **2 VPIHA**

Če gošče zadreže do umetnega dihanja, boste več kot dovolj storiš če samo z masažo srca!

7 KO DOBIMO DEFIBRILATOR (AED) ga takoj vključimo, namesto elektode na so roke odsele pravih ali ne gledamo ali se pravih ali ne gledamo ali se pravih ali ne gledamo... **NAVODILOM, ki jih daje aparat (AED).**

DEFIBRILATOR JE VAREN ZA UPORABO!

8 PO SUNKU ELEKTRIČNEGA TOKA SI EDIMO NAVODILOM AEDI Aparat ne nadomesti oživljanja!

ZEMLJEVID DEFIBRILATORJEV lahko najdete na spletni strani www.ihelp.si/AED ali preko mobilne aplikacije iHELP.



iHELP d.o.o.
Info: www.ihelp.si
Tel: 003 458 486
E-mail: info@ihelp.si



Večja varnost doma in na poti.

Zakaj je pomembno obnavljati znanje?

- Bolezni srca in ožilja so na prvem mestu vzrokov smrti.
- V Sloveniji zaradi srčnega zastoja umre več kot 2.000 ljudi na leto (5 - 7 na dan).
- V povprečju jih v Sloveniji preživi 7 - 15%.
- 70% srčnih zastojev se zgodi doma.
- 55% srčnih zastojev se zgodi pred prijatelji in sodelavci.
- V prvih minutah po srčnem zastoju je v telesu odraslega dovolj kisika, ki ga s pravilnimi stiski prsnega koša pošljemo v možgane in s tem povečamo preživetje za 2 do 4-krat.



Dodana vrednost iHELP certifikata

Praksa je pokazala, da se vlaganje v preventivne ukrepe za obvladovanje **absentizma** v doglednem času povrne, saj zagotavlja nižja stopnja absentizma tudi **nižje stroške dela** ter številne druge pozitivne učinke, kot so **pripadnost, zadovoljstvo, motiviranost** in **večja produktivnost**. Vlaganje v zdravo delovno mesto in delavca se izkazuje za dobro naložbo, ki z **nižjimi stroški dela** in **večjo produktivnostjo** zaposlenih izboljša konkurenčni položaj na trgu.



Promocija zdravja na delovnem mestu

Sodelovanju na projektu "**Srcu prijazna občina**" je del ukrepa na podlagi 6. člena Zakona o varnosti in zdravja pri delu (ZVZD-1) in **letnega programa zdravja in varnosti na občini**, v skladu s katerim delodajalec z namenom ohranjanja in krepitve telesnega in duševnega zdravja delavcev načrtuje in izvaja promocijo zdravja na delovnem mestu.

