**Hjertestarterdag for alle i efterårsferien:  
  
Lær at redde liv i/på/ved [sted]**

**Hvad gør du, hvis du ser en person falde om med hjertestop? Tag din familie med til Hjertestarterdagen den 16. oktober og lær at gøre en forskel, hvis der sker et hjertestop i nærheden. I/på/ved [sted] står førstehjælpsinstruktører fra [organisation/firma] klar til at vise, hvordan man yder livreddende førstehjælp og bruger en hjertestarter – alle er velkomne til at være med.**

Brug tiden med familien i efterårsferien til at lære eller få opfrisket jeres viden om hjertestop og genoplivning. Hjertestarterdagen bliver markeret i hele verden, og rundt om i Danmark er der gratis aktiviteter, som skal få endnu flere til at træde til med livreddende førstehjælp og melde sig som hjerteløbere.

Førstehjælpsinstruktørerne fra [organisation/firma] demonstrerer hjertelungeredning og brug af hjertestartere, og både børn og voksne kan øve sig på en genoplivningsdukke.   
  
- [Indsæt et citat fx om, hvorfor det er vigtigt at kunne træde til ved hjertestop, hvorfor I deltager på dagen, hvad man kan opleve til jeres arrangement, at I håber, mange vil kigge forbi etc.], fortæller navn, titel, organisation/firma.

**Alle kan lære at redde liv**Hjertestarterdagen markeres for 13. år i træk i Danmark af Dansk Råd for Genoplivning og TrygFonden.  
  
- Hvis flere skal overleve hjertestop, har vi brug for befolkningens hjælp, når en person falder om med hjertestop uden for hospital. Derfor afholder vi Hjertestarterdagen, og et af vores vigtigste budskaber er, at man ikke kan gøre noget forkert. Ring 1-1-2, så bliver du guidet igennem, hvad du skal gøre, indtil den professionelle hjælp når frem, siger Stine Strandkjær, direktør i Dansk Råd for Genoplivning.  
  
I Danmark bliver der hvert år forsøgt genoplivning på omkring 5.000 personer med hjertestop uden for hospital, og ved fire ud af fem hjertestop træder lægpersoner til med hjertelungeredning, inden ambulancen når frem.   
  
- Vi har fået opbygget en træd-til-kultur i Danmark, hvor det er naturligt at hjælpe til i en akut situation, og det betyder, at vi er med i front blandt de lande, hvor personer oftest træder til ved hjertestop. Men vi kan sagtens blive endnu bedre. Derfor skal Hjertestarterdagen være med til at skabe opmærksomhed og forhåbentligt nå ud til dem, der endnu ikke har lært livreddende førstehjælp, eller som overvejer at blive hjerteløber, men endnu ikke har meldt sig, siger Grethe Thomas, projektchef i TrygFonden.

**Arrangementet foregår:**Torsdag den 16. oktober 2025 på [sted/adresse] kl. X-X.

**Om Hjertestarterdagen:**Hjertestarterdagen markeres den 16. oktober med gratis arrangementer rundt om i landet, hvor børn og voksne kan få en introduktion til hjertelungeredning og brug af hjertestarter og høre mere om, hvad man kan gøre for at medvirke til at redde liv ved hjertestop. Se listen over arrangementer [her](https://genoplivning.dk/hjertestarterdagen/find-arrangement/) (listen opdateres løbende)

**For yderligere oplysninger, kontakt venligst:**Navn, titel, organisation/firma, tlf.: XX  
Stine Strandkjær, direktør, Dansk Råd for Genoplivning, tlf.: 28 57 06 77

Grethe Thomas, projektchef, TrygFonden, tlf.: 41 77 93 00