

SÄKERHET. Livräddarna Skövde bjuder in allmänheten

”Finns mycket att säga inför sommarsäsongen”

Under 2022 drunknade 70 personer i Sverige. Målet är förstås att ingen ska drunkna men då behövs bland annat mer utbildning. Därför vill Livräddarna Skövde, med Gnutt Halvordsson och Lisa Enroth i spetsen, på söndag bjuda in allmänheten till 90 minuters kurs i livräddning, på Arena Skövde.

– Tanken är att ge lite tips och råd och praktiska övningar till allmänheten för att veta vad man kan göra för att undvika och hur man kan göra en insats om olyckan är framme, säger Gnutt.

Inne vid motionsbassängen kommer det finnas olika stationer där man bland annat kan träna på att kasta boj, räddningslina eller simma med boj. Man måste inte bada, man kan även vara med från bassängkanten, men Gnutt menar att man får ut mer av det från vattnet. Det kan också ett bra tillfälle att få konkret övning, till exempel att lägga en medvetlös person i en boj, vilket inte är helt enkelt.

– Att få möjlighet att träna på det och att någon kan tala om hur man lättast gör det tror jag är en kunskap som



Lisa Enroth och Gnutt Halvordsson hoppas många kommer på söndag för att fräscha upp kunskaperna i livräddning.

FOTO: AMELIE LÄNSBERG RYLANDER

inte alla har och som behöver övas, säger Lisa.

Mer kunskap

Lisa berättar att de bland annat kommer lära ut hur man kan identifiera någon

som behöver hjälp i vattnet, att det rekommenderas inblåsningar redan ute i vattnet och att man alltid ska ha tänkt efter innan man kastar sig ut för att rädda någon som kanske är i nöd.

De kommer också prata om bad- och båtvetv.

– Det finns mycket att säga inför sommarsäsongen så man känner sig förberedd när man går ut. Sedan vill vi ju att man ska bada och ha

kul. Som vårt riksförbund säger, det är inte vatten som är farligt, det är okunskap.

Tips och råd

Den teoretiska kunskapen menar de finns till stora de-

lar men det hjälper inte alltid. De tror inte det kan bli för mycket kunskap.

– När man badvaktar varandra vid stranden, vilket vi hoppas att man gör, så ska man kunna se hur det ser ut när en person drunknar och veta när man ska ingripa, säger Lisa. Det finns många badplatser runt omkring i Skaraborg som inte har bevakning. Därför måste vi ge tips och råd.

Hoppas många kommer

Både barn och vuxna är välkomna men de är noga med att poängtera att barn som badar måste ha sällskap av badande vuxen. Det är heller inget krav på anmälan, det är bara att dyka upp vid kassan och säga att man ska vara med på övningen med Livräddarna för att få en tagg och komma in.

– Det blir bara krångligt, skrattar Lisa. Känner man på söndag runt halv fem: Vad ska vi göra med den här dagen? Då är det bara att komma hit. 17:00 ska man vara ombytt och klar. Jag hoppas verkligen att det är många som kommer, det vore så skoj.

Amelie Länsberg Rylander

Amelie.LansbergRylander@sla.se

SKÖVDE. Aaron Lindström föreläste

”Vill inspirera andra till att pusha gränserna”

På lördag är det dags för Pararun vid Boulognersjön. Som en uppladdning inför detta hölls en träff för alla inblandade. Parautförsåkaren Aaron Lindström föreläste om sin karriär och mål att bli bäst.

I nuläget är 70 deltagare anmälda till Pararun som anordnas för tredje året. Loppet riktar sig till de som har en funktionsnedsättning. Men det är mer än bara löpning som står på programmet. Arrangemanget är uppbyggt som en festival där bland annat artisterna från Funkisfestivalen kommer att uppträda samt att det kommer finnas möjlighet att inhandla hamburgare.

– Det kommer bli en folk-



Aaron Lindström och Magnus Ambjörnsson är laddade inför Pararun på lördag.

FOTO: TOBIAS LARSSON FRANZÉN

fest, där de som inte vill springa även ska ha möjlighet att vara delaktiga, säger Magnus Ambjörnsson från Billingen X-trail sports club som är arrangör.

Som en uppladdning inför festivalen hölls en träff med

samarbetspartners och sponsorer under onsdagskvällen på Lindströms bil. Ett 40-tal gäster fanns på plats.

”Olika förutsättningar”

Den elitsatsande alpine paraskidåkaren Aaron Lind-



Gästerna bjöds på mat och dryck.

ström från Skövde föreläste. Han är en del av paralandslaget sedan 2016 och går på skiduniversitetet i Östersund. Trots sin unga ålder på 22 har han redan på sin meritlista bland annat två Paralympics - Pyongyang

2018 och Kina 2022. I januari 2022 tog han även VM-brons i superkombination.

Den röda tråden i hans föreläsning var att ha en positiv inställning.

– Man får olika förutsättningar här i livet och man

måste försöka att göra det bästa av dem. Jag vill också inspirera andra till att försöka pusha gränserna för vad man tror är möjligt, sa han bland annat.

Under SM-veckan i Skövde tilldelades han SLA-plaketten för sina fina insatser under 2022.

– Det är den mäktigaste utmärkelsen jag har fått. Att få den på hemmaplan och framför Skövdefolket var väldigt häftigt, sa han och avslutade med att han kommer att fortsätta jobba mot sitt mål att bli bäst.

Föreläste gjorde också Torbjörn H Kroon om hjärnergonomi.

Tobias Larsson Franzén