

Førstehjælp

Armslynge/mitella

Formål:

At kunne yde førstehjælp ved forstuvet håndled

Materialer:

- Et spejdertørklæde
- En søster/bror eller en mor/far
- Du skal kunne binde et råbåndsknob

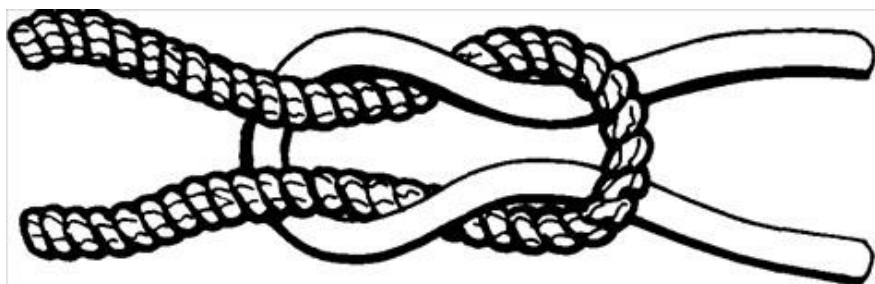
Sådan gør du:

Armslynge



Hjælp os at hjælpe andre





Varighed: 10 min. max

Velegnet for (gren/alder): alle