

Swadzim, dnia 10 września 2016 r.

## GRUPA MUSZKIETERÓW I PCK NAUCZĄ CIĘ PODSTAW PIERWSZEJ POMOCY

Światowy Dzień Pierwszej Pomocy, przypadający 10 września to dobra okazja, aby przypomnieć jak ważna jest znajomość podstawowych metod ratunkowych. To właśnie pierwsze minuty po wypadku są bowiem decydujące w walce o zdrowie i życie poszkodowanego. Tego lata Grupa Muszkietarów i Polski Czerwony Krzyż po raz kolejny organizują kampanię „Zbieramy krew dla Polski”, w ramach której m.in. uczą zasad pierwszej pomocy.

Gra o ludzkie życie toczy się często tylko kilka chwil, ponieważ na przywrócenie oddechu mamy zaledwie 4 minuty. Pomoc udzielona w pierwszych 2-3 minutach po wypadku zwiększa szanse poszkodowanego na przeżycie nawet o 60 proc.

### **Pamiętaj o zasadach udzielania pierwszej pomocy!**

By uratować komuś życie musimy pamiętać o żelaznych zasadach pierwszej pomocy. Przede wszystkim należy zadbać o własne bezpieczeństwo, a także zabezpieczyć miejsce zdarzenia. Następnie możemy przystąpić do oceny stanu poszkodowanego i wezwać niezbędną pomoc specjalistyczną. Jeżeli zajdzie potrzeba, należy wykonać masaż serca, udrożnić drogi oddechowe, zatamować krwotok.

– *Warto przezwyciężyć strach przed udzielaniem pierwszej pomocy, gdyż tym o co walczymy, jest ludzkie życie. Tych, którzy mają obawy, zachęcamy do uczestniczenia w szkoleniach prezentujących krok po kroku schemat postępowania w razie wypadku. W ramach prowadzonej przez Grupę Muszkietarów i PCK kampanii „Zbieramy krew dla Polski” można nie tylko oddać krew, ale także dowiedzieć się, jak udzielać pierwszej pomocy i wziąć udział w pokazach ratownictwa – tłumaczy **Eliza Orepiuk-Szymura**, Kierownik Dyrekcji Komunikacji i Informacji Grupy Muszkietarów.*

Grupa Muszkietarów chce uświadomić Polakom, jak ważne są działania wspierające pracę lekarzy i ratowników – oddawanie krwi i pierwsza pomoc. Stąd właśnie kampania „Zbieramy krew dla Polski”. Co roku, od maja do końca września, na parkingach przed wybranymi marketami Intermarché i Bricomarché pojawiają się specjalne ambulanse Regionalnych Centrów Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa, w których można oddać krew. W ramach towarzyszącym zbiórkom akcjom edukacyjnym prowadzone są też pokazy sprzętu strażackiego, nauka pierwszej pomocy, a także bezpłatne pomiary ciśnienia tętniczego i poziomu cukru we krwi

Jak dotąd, we wszystkich dziewięciu edycjach kampanii udało się zebrać łącznie ponad 13 000 litrów krwi od ponad 31 000 osób. W tegorocznej, IX odsłonie przedsięwzięcia, zaplanowano akcje w 164 miejscowościach 15 województw. Od maja Grupie Muszkietarów i PCK udało się już zebrać blisko 1500 litrów krwi od ponad 3 300 dawców.

Więcej informacji na temat kampanii „Zbieramy krew dla Polski” można znaleźć na: [www.muszkietarowie.pl](http://www.muszkietarowie.pl), [www.pck.pl](http://www.pck.pl) oraz [www.oddajkrew.pl](http://www.oddajkrew.pl)

Informacje o Grupie Muszkietarów:

Grupa Muszkietierów, największa sieć franczyzowa w kategorii supermarketów spożywczych i typu „dom i ogród” w Polsce, jest zrzeszeniem ponad 280 niezależnych polskich przedsiębiorców zarządzających supermarketami spożywczymi Intermarché oraz supermarketami typu „dom i ogród” Bricomarché. Sieć handlowa Grupy Muszkietierów liczy obecnie ponad 360 supermarketów Intermarché i Bricomarché. W Centrali Grupy w podpoznańskim Swadzimiu, w dwóch magazynach logistycznych oraz supermarketach zatrudnionych jest aktualnie ponad 15 tys. osób. Wyznaczaniem kierunków strategicznych obu sieci zajmuje się spółka ITM Polska. Muszkietierowie są obecni w 4 krajach Europy: Polsce, Francji, Belgii oraz Portugalii.

Więcej informacji o Grupie Muszkietierów, Intermarché oraz Bricomarché w Polsce znajduje się na stronie [www.muszkietierowie.pl](http://www.muszkietierowie.pl), [www.intermarche.pl](http://www.intermarche.pl) i [www.bricomarche.pl](http://www.bricomarche.pl)

#### Informacje o Polskim Czerwonym Krzyżu

Polski Czerwony Krzyż jest najstarszą i najbardziej wszechstronną organizacją humanitarną w Polsce. Jej podstawową misją jest zapobieganie i łagodzenie cierpienia ludzkiego oraz ochrona ludzkiej godności, bez jakiegokolwiek dyskryminacji w zakresie narodowości, rasy, płci, przekonań religijnych lub politycznych. Od 58 lat prowadzi działania na rzecz promocji honorowego krwiodawstwa. W PCK zaangażowanych jest blisko tysiąc Klubów Honorowych Dawców Krwi PCK skupiających ponad 21 tys. członków i wolontariuszy. Dzięki szeroko zakrojonym działaniom, w ponad 3 000 akcji promocyjnych, PCK pozyskuje rocznie ok. 40 000 dawców, którzy decydują się oddać krew po raz pierwszy.

#### **Dodatkowych informacji udzielają:**

Eliza Orepiuk-Szymura  
Kierownik Dyrekcji Komunikacji i Informacji  
**ITM Polska Sp. z o.o.**,  
ul. Świętego Mikołaja 5,  
Swadzim, 62-080 Tarnowo Podgórne  
tel. 61 665 12 09  
e-mail: [eorepiuk@mousquetaires.com](mailto:eorepiuk@mousquetaires.com)

Renata Kawka  
Wanda Wojtkowiak  
Dział Programowy Zarządu Głównego  
**Polskiego Czerwonego Krzyża**  
Tel. 22 32 61 343/221  
ul. Mokotowska 14, 00-561 Warszawa  
[krwiodawstwo@pck.org.pl](mailto:krwiodawstwo@pck.org.pl)  
[www.oddajkrew.pl](http://www.oddajkrew.pl)