



American Red Cross
Bay Area Chapter



Health and Safety Training

English, Cantonese, and Spanish courses are offered through the Health & Safety Department. Please visit the [course registration website](#) to sign up for a class. The Asian Community Preparedness Department also participates in a Chapter-wide annual event, CPR Saturday, in which each county sets up a site(s) to host free CPR training. We host a Chinese site in San Francisco on that day each year and train up to 250 people. We also offer First Aid Trainings throughout the Bay Area.



學習急救及心肺復甦法

美國紅十字會安排多項以英文教學的課程，以實際訓練的方法讓學生掌握拯救遇上呼吸困難或心臟病發的人仕；認識各類傷勢及突發病症，以便在醫護人員到場之前，為病者提供基本的急救技巧；或使用心臟去纖維顫動器 (AED)。其它的高級課程包括職業拯救人員證書班及托兒服務人員證書班。紅十字會亦安排其它專業訓練，包括工作地點安全，照管嬰兒服務，運動安全及寵物急救等。當紅十字會在社區內推行籌款或教育活動時，受過訓練的健康及安全義工可以設立急救站，為在場人仕服務。

登記或查詣各項英文訓練詳情，請瀏覽灣區紅十字會網址：<http://www.redcrossbayarea.org/cprfirstaid> 或致電(800) 520-5493。

中文救生技能免費訓練

1. 基本急救班

亞裔準備部門和灣區不同的社區組織合作推廣外展的工作。部門每年都與這等組織一起舉辦免費的華人社區急救及災難準備日，目的是為了加強華人社區對災難準備的認識。透過這些在華埠舉辦的活動，很多華人從而獲得寶貴的學識和技能，包括證書課程的急救班。由於訓練是以廣東話或普通話進行，華人毋須擔心不懂英語的問題。在每一次的活動，所有曾接受亞裔準備部門訓練的雙語導師皆會出動協助教導。

這項免費證書課程每年平均開辦三次，報了名的參加者可在當天從粵語或普通話教授課程中學習到：

- 如何為隨時可發生的災難作好準備
- 如何辨認受傷者或突然發病者及給予適當的急救
- 如何護理割傷、腫傷、骨折和肌肉受傷、休克、嚴重出血及其他急救方法

成功完成訓練和考試及格的學員，可獲發紅十字會基本急救法證書一張（有效期三年）。欲知下一次華人社區急救及災難準備日的開辦日期，請致電 415-427-8911 查詢。

2. 心肺復甦法訓練班

灣區紅十字會每年都在三月間，在灣區不同的地點舉辦年度免費心肺復甦法及社區災難準備訓練（CPR PREPAREDNESS SATURDAY）。中文班由亞裔社區準備部門主辦。訓練包括如何為災難作好準備，哽塞急救，呼吸急救，成人心肺復甦法。亦包括施救前如何保護自己和患者的方法。成功完成訓練及筆試及格者，可獲由紅十字會發出成人心肺復甦法證書一張（有效期一年）。

3. 急救及心肺復甦法中文導師

