





# Medizinische Erstversorgung

Stelle dir vor, es gibt ein Erdbeben oder es passiert ein schwerer Flugzeugunfall und weit und breit ist keine Hilfe in Sicht. Dann sind die Menschen gefragt, die auch ohne oder vor Eintreffen von Rettungskräften wichtige Erste Hilfe leisten können. In diesem Kurs lernst du, wie du effektiv auch mit provisorischem Material Erste Hilfe leisten kannst.

## Darum geht es im Kurs

-   
im Notfall sich selbst, die Familie und andere soziale Kontakte versorgen
-   
lernen, als Spontanhelfer zu agieren
-   
eigene Grenzen kennenlernen und akzeptieren
-   
effektives Zusammenarbeiten im Team während einer Katastrophensituation

In diesem Kurs liegt der Schwerpunkt auf der Ersten Hilfe in Notfallsituationen und dem Selbsthilfe-Management sowie der Anleitung anderer im Katastrophenfall. Anhand von Gruppentrainings und einer Lehrdemonstration erfährst du, wie du dich aktiv für andere in einer Notlage einsetzen kannst.

Dazu gehört, eine Einheit im Team zu schaffen, deine eigenen Grenzen zu setzen und Erste Hilfe mit provisorischem Material zu leisten. Dies beinhaltet unter anderem das langfristige Versorgen von Wunden und Verbrennungen sowie das Ruhigstellen von Knochen- und Gelenkverletzungen. Außerdem lernst du, wie du professionelle Einsatzkräfte im Notfall unterstützen kannst, zum Beispiel beim Lagern und Transport von Verletzten.

## Warum Du an dem Kurs teilnehmen solltest:

- 



Du und deine Fähigkeiten werden im Notfall gebraucht.

- 



Damit du in einer Katastrophensituation helfen kannst.

- 



Um in Notlagen effektiv und mit einem kühlen Kopf reagieren zu können

- 



Um auch mit provisorischem Bedarfsmaterial Erste Hilfe leisten zu können.