

www.drk-zollernalb.de

www.drk-zollernalb.de

Erste Hilfe Outdoor

... wenn Sie in einer
besonderen Situation sind



Weitere Angebote und Anmeldung:

Hotline: 0180 / 50 50 365

Montag bis Freitag, 08.00 Uhr – 18.00 Uhr

Samstag, 08.00 Uhr – 14.00 Uhr

(0,14 €/Min aus dem Festnetz der Deutschen Telekom, die
Preise anderer Anbieter können abweichen)

oder per E-Mail:

kursanmeldung@drk-zollernalb.de

Ihr

**Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Zollernalb e.V.**

Henry-Dunant-Str. 5

72336 Balingen

Telefon: 07433 / 9099-0

Telefax: 07433 / 9099-50

info@drk-zollernalb.de





Unkonventionelle Notfallorte

Der Notfall im Gebirge ...

„Der Unfallort im Gebirge unterscheidet sich von dem im Flachland dadurch, dass er zwar viel schöner ist, aber höher liegt, mühsamer zu erreichen ist, keine Waagerechten kennt, kein Dach hat, fast immer zu heiß, zu kalt, zu nass ist, ein Arzt nicht erreichbar ist und der Rettungsdienst nicht vordringen kann“.

Dr. med. Gottfried Neureuther

In vielen Bereichen von Outdoorsport kann sich das Eintreffen der Notfallrettung stark verzögern. Dadurch werden Sie in Notsituationen anders als im üblichen Alltag handeln müssen.

Viele Tricks und Tipps für den außergewöhnlichen Notfall helfen die Zeit bis zum Eintreffen der Notfallrettung sinnvoll zu überbrücken. Sie lernen behelfsmäßige Maßnahmen kennen, die sich in der Natur anbieten.

Lernen Sie zu helfen!

Beim Nordic-Walking im Wald stürzt ein junger Mann und verdreht sich so stark seinen Fuß, dass ein „lautes Krachen“ zu hören ist.

Der Knöchel schwillt schmerzhaft an. Es sind keinerlei Verbandmittel vorhanden!

... und nun?

Sie lernen:

- Psychische Erste Hilfe
- Beurteilung: Bewusstsein, Atmung, Puls
- Wunden, Verbände und starke Blutungen
- Bodycheck
- Notversorgung von Knochenbrüchen
- Informationen zu Zeckenstichen
- Schlangenbisse und andere Vergiftungen
- Transport aus unwegsamem Gelände
- Bewusstlosigkeit
- Herz-Kreislauf-Stillstand
- Allergische Reaktionen
- Unterkühlung/ Erfrierung
- Hitzeschäden
- Schädel-Hirn-Verletzungen

Ihre Anmeldung

EH-Outdoor Grundlehrgang:

Der Lehrgang dauert 12 x 45 Minuten und kostet € 55,- pro Person,

EH-Outdoor Training:

Der Lehrgang dauert 8 x 45 Minuten und kostet € 40,- pro Person,

mit vielen Tipps und Tricks rund um die Erste Hilfe.

Lehrgangsorte / Termine und erforderliche Anmeldungen unter

☎ **0180 / 50 50 365**

oder per E-Mail:

kursanmeldung@drk-zollernalb.de

Bitte unbedingt beachten!

Wetterfeste Kleidung sowie gutes Schuhwerk muss zum Lehrgang getragen werden, weil die Übungen in der Natur stattfinden – bei jedem Wetter!

