

Sehr geehrte/r Frau/Herr

Hiermit erhalten Sie das neunte Bildungspaket.

Im letzten Bildungspaket wurden Sie zum Thema „Hubwagen“ informiert. Darin enthalten waren auch einige Punkte zum Thema „Arbeitssicherheit“

**Dieses Mal geht es um Informationen zur „Ersten Hilfe“,  
was für uns in der Werkstatt ein sehr wichtiges Thema ist.**

Generell an Arbeitsplätzen und wenn viele Menschen zusammen arbeiten, kann es zu Unfällen oder gesundheitlichen Schwierigkeiten kommen.

Erste Hilfe ist einfach, alle Menschen können sie ohne Vorkenntnisse oder besondere Qualifikationen erlernen.

In der Werkstatt sind alle Gruppenleiter\*innen zum Ersthelfer ausgebildet.

Es ist für alle hilfreich, wenn sich auch Beschäftigte mit der Ersten Hilfe auskennen und z.B. wissen, wie man Hilfe holt und reagieren soll, wenn sich jemand verletzt.

Grundkenntnisse werden in Erste-Hilfe-Kursen erlernt, die wieder stattfinden können, wenn in der Werkstatt der reguläre Betrieb wieder aufgenommen werden darf.

Für die Zeit bis dahin, legen wir Ihnen Informationsblätter bei, mit denen Sie sich zu diesem Thema weiterbilden können.

Wir haben uns diesmal auf Themen konzentriert, die im Sommer besonders interessant sind. Und auch solche, die man immer brauchen kann.

Bitte denken Sie zum Schluss wieder daran, den Reflexionsbogen auszufüllen und uns zukommen zu lassen.

Mit freundlichen Grüßen & bis bald

Alexandra Niedermeier

Bildungsbeauftragte der Ebersberger Werkstätten

## Erste-Hilfe-Maßnahmen in der Werkstatt

(die immer stimmen )

- Ruhe bewahren
  - Eigenschutz beachten (zum Beispiel Einmalhandschuhe tragen, Warnweste anziehen)
  - Betroffene Person ansprechen und beobachten, beruhigend einwirken. Bei der Person bleiben und evtl. zudecken (Decke, Jacke...)
  - Beobachten, ob die Person atmet.
  - Laut nach Hilfe rufen und dafür sorgen, dass jemand den Notruf 112 wählt, wenn nötig
- Diese Maßnahmen können bei jedem Notfall eingesetzt werden und benötigen kein spezielles Wissen.

Wir gehen davon aus, dass immer ein Gruppenleiter in der Nähe ist, der den Notruf absetzen kann und die Erste-Hilfe übernimmt oder anleitet.

Für den Notruf sind wichtige Informationen anzugeben, die man sich gut merken kann.

Diese nennt man die **5 W-Punkte**:

1. **Wo?**
2. **Was?**
3. **Wer ist verletzt? Wer spricht?**
4. **Welche Verletzungen?**
5. **Warten auf Fragen**

### Wussten Sie übrigens...?

- Pflaster auf kleinere Wunden dürfen in der Werkstatt nur von Gruppenleitern und Fachdienst verabreicht werden.
- Auch kleinere Verletzungen sind Arbeitsunfälle und müssen in ein Verbandsbuch notiert werden.
- Es ist nicht erlaubt, Medikamente (Kopfschmerztabletten, Halspastillen, Hustensaft, Magen-Darm-Tabletten, Salben...) an Kollegen\*innen weiterzugeben. Das dürfen auch Gruppenleiter\*innen nicht, nur ein Arzt.

## 4.3.3 Sonnenstich, Hitzschlag und Hitzeerschöpfung

	Sonnenstich	Hitzeerschöpfung	Hitzschlag
<b>Ursache</b>	Entsteht durch zu lange und starke Sonneneinstrahlung auf den unbedeckten Kopf. Dadurch werden die Hirnhäute gereizt.	Hohe Temperaturen verursachen sehr starkes Schwitzen, dadurch verliert der Körper viel Wasser.	Entsteht durch körperliche Anstrengung bei hoher Luftfeuchtigkeit. Der Körper überhitzt, da die Schweißbildung zur Kühlung der Haut eingestellt wird. In der Folge steigt die Körpertemperatur.
<b>Erkennen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Hochroter Kopf</li> <li>· Normale Körpertemperatur</li> <li>· Kopfschmerzen</li> <li>· Übelkeit/Erbrechen</li> <li>· Schwindel</li> <li>· Ggf. Nackensteifigkeit</li> <li>· Ggf. Bewusstseinsstörung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Blässe</li> <li>· Starkes Schwitzen</li> <li>· Kalter Schweiß</li> <li>· Schwindel</li> <li>· Übelkeit/Erbrechen</li> <li>· Schneller, schwacher Pulsschlag</li> <li>· Ggf. Bewusstseinsstörung</li> <li>· Ggf. Muskelkrämpfe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Hochroter Kopf</li> <li>· Hohe Körpertemperatur (heiße, trockene Haut)</li> <li>· Stechender Kopfschmerz</li> <li>· Übelkeit/Erbrechen</li> <li>· Kein Schwitzen</li> <li>· Schneller, starker Pulsschlag</li> <li>· Ggf. Bewusstseinsstörung</li> </ul>
<b>Helfen</b>	Betroffene Person aus der Sonne in den Schatten bringen Überflüssige Kleidung ausziehen		
	Betroffene Person mit leicht erhöhtem Oberkörper lagern	Betroffene Person mit leicht erhöhtem Oberkörper und leicht erhöhten Beinen lagern	Betroffene Person mit leicht erhöhtem Oberkörper lagern
	Kopf mit feuchten Tüchern kühlen		Körper mit feuchten Tüchern kühlen (evtl. Wadenwickel)
	Betroffene Person betreuen und beobachten Notruf 112 veranlassen Ständig Bewusstsein und Atmung kontrollieren Bei Bewusstlosigkeit mit normaler Atmung: stabile Seitenlage (siehe Seite 60 f.)		





## Verhalten am und im Wasser



# Erste-Hilfe Rätsel



# Erste Hilfe

## 1. Aufgabe

Bitte kreuzen Sie die richtigen Antworten an. Am Schluss erhalten Sie ein Lösungswort.  
Bei den Fragen **1 und 2 sind zwei Antworten richtig, bei Frage 3 nur eine.**

- (1) Wenn Sie einen Verletzten sehen, müssen Sie ihn ansprechen.  
Was ist richtig? Kreuzen Sie an.
- Ich bleibe auf jeden Fall bei dem Verletzten und spreche beruhigend mit ihm. **(H)**
  - Ich beobachte den Verletzten am besten nur von weitem. **(R)**
  - Ich decke ihn mit einer Decke/Jacke etc. zu. **(I)**
  - Ich halte Decken von ihm fern. **(T)**
- (2) Wenn er nicht ansprechbar ist, prüfen Sie, ob er atmet.  
Was ist richtig? Kreuzen Sie an.
- Ich schaue genau hin, ob ich einen Luftzug sehe. **(B)**
  - Ich halte mein Ohr an Mund und Nase und horche, ob noch Luft rauskommt. **(L)**
  - Ich beobachte genau, ob sich der Brustkorb hebt und senkt. **(F)**
- (3) Wenn er atmet, was ist wichtig? Kreuzen Sie an.
- Ich schreie nach Hilfe und gehe sofort zu meinem Arbeitsplatz zurück. **(D)**
  - Ich bleibe bei ihm und beruhige ihn. **(E)**

Lösungswort: \_\_\_\_\_

## 2. Aufgabe

Wenn Sie eine verletzte Person entdecken, muss die Rettungskette in Gang gesetzt werden.  
Bitte setzen Sie die **unten** genannten Wörter in die richtige Reihenfolge.

**Erste Hilfe – Ansprechen + Beruhigen – Rufen nach Gruppenleitern – Krankenhaus – Rettungsdienst**

- (1)
- (2)
- (3)
- (4)
- (5)



## 3. Aufgabe

Erinnern Sie sich noch an die wichtigen W-Fragen?

- (1) (4)
- (2) (5)
- (3)

## Lösungen

### 1. Aufgabe: Lösungswort Hilfe

(1): H; I

(2): L; F

(3): E

### 2. Aufgabe

(1) Ansprechen + Beruhigen

(2) Rufen nach Gruppenleitern

(3) Erste Hilfe

(4) Rettungsdienst

(5) Krankenhaus

### 3. Aufgabe

(1) Wo?

(2) Was?

(3) Wer ist verletzt?

(4) Welche Verletzungen?

(5) Warten auf Fragen



## REFLEXIONSBOGEN

### Auswertung Bildungspaket 9 „Erste Hilfe“

Hier haben Sie die Möglichkeit, uns ihre Rückmeldung zum Bildungspaket 9 mitzuteilen! Bitte stecken Sie diesen Reflexionsbogen in den frankierten Umschlag und geben Sie den Brief auf.



<b>Rückmeldung durch die/den Teilnehmer*in</b>	<b>JA</b>	<b>TEILWEISE</b>	<b>NEIN</b>	<b>Anmerkungen</b>
War das Anschreiben (die schriftlichen Informationen) verständlich?				
Hat sie das Thema „Erste Hilfe“ interessiert?				
Haben Sie die Arbeitsblätter und Rätselfragen bearbeitet?				
Sind Sie interessiert an einem Erste-Hilfe-Kurs?				
	<b>Sehr gut</b>	<b>Gut</b>	<b>Passt schon</b>	<b>Interessiert mich nicht</b>
Wie würden Sie das Bildungspaket insgesamt bewerten? Kreuzen Sie an!				

Platz für Notizen zum Thema Erste Hilfe

---

---

---

---

Rückseite verwenden →

**Name:** \_\_\_\_\_