



DRK OV Everswinkel e.V.

Norbert Seidel – Beauftragter DRK – Telefon (0 25 82) 83 69 – (01 57) 52 82 20 15

SC DJK Everswinkel e.V.

Jürgen Teunissen – Beauftragter SC DJK – Telefon (0 25 82) 57 16 – (01 70) 6 38 39 23

Pressemitteilung

Fit ab 50 – Auffrischung „Erste Hilfe“

Everswinkel. Zu einer Infoveranstaltung „Auffrischung Kenntnisse in Erste-Hilfe“ fanden sich 30 Interessierte im SC DJK-Sportcenter ein und wurden für die kommende Radsaison in Theorie und Praxis fitgemacht. Dr. Hans-Bernd Unterbusch 1. Vorsitzender des DRK-OV Everswinkel- führte durch die Veranstaltung..

„Für die Praxis aus der Praxis“ so lautete der Tenor des Abends. Im theoretischen Teil wurden hilfreiche Hinweise zu korrektem Verhalten als Ersthelfer wie Ruhe bewahren, erkennen und bewerten der Lage, Absicherung der Unfallstelle und Eigenschutz vermittelt. Vielfach ist erforderlich, zuerst eigene Hemmnisse zu überwinden. Die Unterschiede und Bedeutung der Rufnummern 112 und 116 117 wurden dargestellt. Oft wird das Rettungssystem unnötig durch falsche Verwendung dieser Rufnummern für mitunter Lappalien zu Lasten anderer Hilfebedürftiger belastet. Das sichere Erkennen eines Schlaganfalls bzw. Herzinfarktes und das richtige Agieren waren ein weiterer Punkt der Schulung.

Im praktischen Teil konnten die Anwesenden die Herz-Lungen-Wiederbelegung (HLW) in Kombination mit einem Defibrillator (Defi) an der Dummy Puppe „Anne“ selbst üben.

Dabei wurde Vielen erst bewusst wie anstrengend die Wiederbelegung mittels Druckmassage (100 x drücken, nach 30 x, Pause, Beatmung, weiter 30 x) Um den Rhythmus zu halten, kann sich auf den Song „Staying alive“ von den Beatles gestützt werden. Nach kurzem Üben kam der ein oder Andere fast schon an seine Grenzen.

Die Veranstaltung fand insgesamt allseits guten Anklang. Norbert Seidel, Beauftragter des DRK-Everswinkel und Mitglied in der Gruppe Fit ab 50, bedankte sich am Schluss beim Vortragenden und den Erschienen für das rege Interesse und verwies zugleich auf den Herdfeuerabend am 13.11.2024, 18.00 Uhr im Katholischen Pfarrheim hin.

Norbert SEIDEL – 11.11.2024

www.fit-ab-50-everswinkel.de