

# Erste Hilfe rettet Leben ...

Die Frauen Union Saar dankt den Hilfs- und Rettungsdiensten sowie allen Ersthelferinnen und Ersthelfern, die ihren Mitmenschen selbstlos zu Hilfe eilen.

Auch wir bilden uns fort und treten für Sensibilisierung und regelmäßige Schulungen ein.

## Diese Sofortmaßnahmen sind bei der Ersten Hilfe einzuleiten:

- Absichern der **Unfallstelle** und Retten aus der **Gefahrenzone**
- **Notruf** absetzen 
- **Herz-Lungen-Wiederbelebung**  
(im Rhythmus zu “Staying alive” von den BeeGees:  
30x Herzdruck + 2x Atemspende pro Minute)
- **Blutstillung**
- **Schockbekämpfung**
- Herstellung der **stabilen Seitenlage**



Absolvieren auch Sie mit Ihrer Familie, Ihrem Verein, im Betrieb oder in der Schule mal wieder einen Auffrischkurs.  
Regionale Angebote finden Sie z.B. über die DRK-App.  
Einen „kleinen Lebensretter“ haben Sie dann auch immer dabei.



www.frauenunionsaar.de  
0681-5845311  
frauenunion@cdu-saar.de  
 /FrauenUnionSaar

Frauen Union Saar  
Stengelstr. 5  
66117 Saarbrücken

