

Anhang Nr.1

Helden-Kostüm-Wettbewerb

Der Tag der Ersten Hilfe 2014 steht unter dem Motto „Sei ein Held“ und soll deutlich machen, dass Jeder und Jede zum Helden werden kann, ganz ohne Flügel und Superkraft. Die Internationale Föderation der Rotkreuz- und Rothalbmondgesellschaften schlägt in ihrem Konzept die Durchführung eines Helden-Kostüm-Wettbewerbs am Tag der Ersten Hilfe vor.

Ein sehr gelungenes Beispiel, wie so etwas umgesetzt werden kann, hat der DRK Kreisverband Ravensburg e.V. zusammen mit Studenten der Studenten der DHBW Ravensburg entwickelt. In dem kurzen Film wird deutlich, was wahre Heldenhaftigkeit ist. Der Film ist sehr professionell gemacht, witzig und unterhaltsam.



Sie finden ihn hier: <http://www.youtube.com/watch?v=v0MrelpLoEY>

Vielleicht haben Sie ja die Möglichkeit, den kleinen Spot am Welt-Erste-Hilfe-Tag zu zeigen oder sogar nachzuspielen. Auch ein Helden-Fotoshooting mit großen und kleinen Helden ist eine schöne Idee.

Wir danken dem DRK Kreisverband Ravensburg e.V. ganz herzlich für die tolle Idee und die Bereitstellung des Videos.

Anhang Nr. 2

Spielideen zum Thema Persönliche Notfallvorsorge

Die Föderation hat ebenfalls empfohlen, den Welt-Erste-Hilfe-Tag zu nutzen, um auf das Thema persönliche Notfallvorsorge aufmerksam zu machen. In Zeiten des vermehrten Auftretens von Extremwetterereignissen kommt der Selbsthilfefähigkeit der Bevölkerung in solchen Momenten eine besondere Bedeutung zu.

Im Folgenden werden daher vier Ideen vorgestellt, wie das Thema Persönliche Notfallvorsorge mit der Bevölkerung am Tag der Ersten Hilfe bearbeitet werden kann. Die Vorschläge eignen sich insbesondere für junge Menschen.

Vorschlag Nr.1: Das Wasser steigt....

Methode: Diskussionsspiel

Ziel: Emotionale Auseinandersetzung mit einer Ausnahmesituation; Beobachtung des Teamverhaltens; Kennenlernen erster Inhalte eines Notfallrucksacks

Material: Karten mit Bildern oder Fotos folgender zehn Gegenstände

- *Ein Fernseher*
- *Ein Schwungtuch*
- *15 Konservendosen mit Ravioli*
- *1 Taschenmesser*
- *1 Liter Wasser pro Person*
- *Erste-Hilfe Rucksack*
- *Batteriebetriebenes Radiogerät*
- *Ein Buch*
- *15 trockene Decken*
- *Taschenlampe mit Batterien*

Die TeilnehmerInnen sitzen in einem Stuhlkreis. In der Mitte des Kreises sind Fotos der oben genannten zehn Gegenstände ausgebreitet. Lesen Sie den TeilnehmerInnen folgendes Szenario vor:

„Ihr seid als Gruppe weggefahren und verbringt das Wochenende in einer Hütte in Brandenburg. Das Wetter war schon die ganze Zeit nicht gut und es hat viel geregnet, aber seit einigen Stunden gibt es ein richtig starkes Unwetter.

Plötzlich bricht in der Nähe ein Deich und die Umgebung wird überflutet. Auch das Erdgeschoss Eurer Hütte füllt sich schnell mit Wasser. Ihr könnt Euch aber alle auf den Dachboden der Hütte retten. Ein paar von Euch erleiden dabei Schürfwunden, einer blutet stark aus einer Wunde an der Hand. Kurz darauf flackert das Licht und der Strom geht aus – Stromausfall!

Ihr findet im oberen Stock 10 Gegenstände, die ihr verwenden könnt. Eure Aufgabe ist es nun, diese Gegenstände nach ihrer Wichtigkeit zu bewerten, von 1 (am Wichtigsten) bis 15 (am Unwichtigsten). Ihr habt zehn Minuten Zeit. Bitte arbeitet zusammen.“

Es gibt dabei keine einzig wahre Lösung. Der unten stehende Lösungsvorschlag dient eher als grobe Orientierungslinie. Die Übung soll vor allem dazu dienen, über die Notwendigkeit von bestimmten Vorsorgemaßnahmen ins Gespräch zu kommen.

Im Anschluss an die Übung kann eine Inhaltsliste für einen persönlichen Notfallrucksack verteilt werden.

Vorgeschlagene Lösung:

1. Erste Hilfe Rucksack

Am Wichtigsten ist in einem solchen Fall die Fähigkeit, sich selbst zu helfen. Die Rettungsdienste werden vermutlich länger brauchen, bis sie zu Euch vordringen können.

2. Decken

Es ist kalt und einige von Euch werden von dem Regen und der Überschwemmung noch nass sein. Das Zweitwichtigste in einer solchen Situation ist, sich selbst zu schützen und da sind die Decken das beste Mittel, was Ihr habt.

3. Taschenlampe mit vier Batterien

Damit könnt Ihr Euch erstens ein bisschen Licht machen, um beispielsweise die Verletzten zu verarzten. Außerdem könnt ihr die Taschenlampe benutzen um auf Euch aufmerksam zu machen und Signale zu geben.

4. Schwungtuch

Ihr könnt das Schwungtuch als zusätzliche Möglichkeit benutzen, Euch warmzuhalten und zuzudecken. Außerdem könnt ihr es benutzen, um auf Euch aufmerksam zu machen, in dem Ihr es beispielsweise auf dem Dach ausbreitet.

4. 1 Liter Wasser pro Person

Wichtiger als Essen ist Trinken.

5. Taschenmesser

Ein Taschenmesser hat zahlreiche nützliche Funktionen, zum Beispiel könnt Ihr es verwenden, um Verbandsmaterial zuzuschneiden. Am Wichtigsten ist es in dieser Situation allerdings zum Öffnen der Konservendosen.

6. Konservendosen mit Ravioli

Ihr habt zum Glück ein Taschenmesser, mit dem Ihr die Dosen öffnen könnt. Ravioli kann man auch gut kalt essen.

7. Batteriebetriebenes Radiogerät

Damit könnt Ihr Euch informieren, was passiert ist und wie die Rettungsarbeiten laufen.

8. Buch

Das Buch hat nur Unterhaltungswert. Ihr könnt Euch gegenseitig vorlesen, um Euch abzulenken und zu beruhigen.

10. Fernseher

Ohne Strom bringt Euch der Fernseher gar nichts.

Vorschlag Nr. 2: Was tun bei einer Überschwemmung?

Methode: Gruppenspiel; interaktiver Dialog; Erste Hilfe-Training

Ziel: Auseinandersetzung mit dem Schadensfall Überschwemmung; Erlernen von entsprechenden Vorsorge- und Erste Hilfe –Maßnahmen.

Material:

- Decke/Plane
- Moderationswand
- Stifte
- Erste Hilfe Materialien

Zunächst werden die TeilnehmerInnen mit Hilfe spielerisch an die Situation herangeführt: die TeilnehmerInnen werden aufgefordert, sich auf eine ausgelegte Decke, Plane oder ähnliches zu stellen. Sie bekommen dann die Aufgabe, die Decke immer wieder in der Mitte zu falten, ohne dass jemand die Decke verlässt oder auf den Boden tritt.

Anschließend wird mit den TeilnehmerInnen ein interaktiver Dialog zu folgenden Fragen geführt:

- Was macht man vor einer Überschwemmung?
- Was macht man während einer Überschwemmung?
- Was macht man nach einer Überschwemmung?

Die genannten Maßnahmen werden für alle gut sichtbar aufgeschrieben und ergänzt.

Im Anschluss erhalten die TeilnehmerInnen eine kurze Einführung in die Erste Hilfe Maßnahmen bei Unterkühlung und Überschwemmung.

Vorschlag Nr. 3: Was tun bei einem Stromausfall?

Methode: Gruppenspiel; interaktiver Dialog; Erste Hilfe-Training

Ziel: Auseinandersetzung mit dem Schadensfall Stromausfall; Erlernen von entsprechenden Vorsorge- und Erste Hilfe –Maßnahmen.

Material:

- Decke/Plane
- Moderationswand
- Stifte
- Erste Hilfe Materialien
- Notfall-Rucksäcke

Zunächst werden die TeilnehmerInnen spielerisch an die Situation herangeführt:

Die Gegenstände in einem Notfallrucksack oder Bilder von den Gegenständen werden an die Gruppe verteilt. Alle, die keinen Gegenstand oder Bild bekommen haben, werden gebeten, etwas aufzusagen, was sie normalerweise zu Hause machen.

Die TeilnehmerInnen sollen dann darüber diskutieren, ob diese Aktion auch während eines Stromausfalls möglich ist.

Falls die Antwort „nein“ lautet, sollen die TeilnehmerInnen anschließend darüber diskutieren, was man stattdessen tun kann und welcher Gegenstand aus dem Notfallrucksack in dieser Situation hilfreich ist.

Anschließend wird mit den TeilnehmerInnen ein interaktiver Dialog zu folgenden Fragen geführt:

- Was macht man vor einem Stromausfall?
- Was macht man während eines Stromausfalls?
- Was macht man nach einem Stromausfall?

Die genannten Maßnahmen werden für alle gut sichtbar aufgeschrieben und ergänzt.

Im Anschluss werden mit den TeilnehmerInnen gemeinsam kleine Notfall-Rucksäcke gepackt, die sie dann auch mitnehmen können.

Vorschlag Nr. 4: Feuer, Wasser, Sturm

Methode: Bewegungsspiel

Ziel: Katastrophenwarnungen mit bestimmten Handlungen verbinden; einen Überblick über das Umfeld bekommen.

Material: ausreichend Platz

Die TeilnehmerInnen bewegen sich locker durch ein Gelände oder einen großen Raum. Alle müssen in Bewegung sein. Die Spielleitung ruft eine Katastrophenwarnung aus, so dass sie alle hören können, z.B. „Sturm!“. Die TeilnehmerInnen müssen nun so schnell wie möglich die Handlung ausführen, die mit dieser Warnung verbunden ist (siehe unten).

Übliche Katastrophenwarnungen und mit ihnen verbundene Handlungen sind:

Sturm: Alle SpielerInnen müssen sich an einem Gegenstand festhalten, der einem starken Sturm standhalten würde.

Wasser: Keiner der SpielerInnen darf für mindestens zwei Minuten den Boden berühren.

Feuer: Alle SpielerInnen müssen sich mit den Händen über dem Kopf flach auf den Boden legen.

Blitz: Alle SpielerInnen müssen sich auf den Boden knien und möglichst klein machen.

Hitze: Alle SpielerInnen müssen schnell einen Schattenplatz aufsuchen.

Anhang Nr.3

Erklär-Video „Werde zum Erste Hilfe Helden“

Die Föderation kündigt in ihrem Konzept ebenfalls ein kleines Infopaket inklusive einem Animations-Video an. Dieser Film dürfte uns in Deutschland bekannt vorkommen: es handelt sich um das Erklärvideo „Werde zu Erste Hilfe Helden“. Dort werden mit einfachen Mitteln auf sehr anschauliche Weise die Grundlagen der Ersten Hilfe erklärt und der Lerneffekt mit Hilfe von Fragen dann auch gleich abgefragt.

Diese sogenannte Simpleshow eignet sich hervorragend für Veranstaltungen mit der Bevölkerung, bei der dann nicht nur junge Menschen die wichtigsten Grundregeln erklärt bekommen und ihr Wissen gleich testen können.



Der Film ist jederzeit abrufbar unter: <http://www.drk.de/angebote/erste-hilfe-und-rettung/erste-hilfe-online/erklavideo.html>

Im zweiten Versand werden wir Ihnen noch Druckvorlagen für Helden-Urkunden zusenden, die sie den erfolgreichen Alltagshelden dann aushändigen können.