Simon Ferroni
Präsident TuS Teningen
Ludwig-Jahn-Str. 6a
79331 Teningen

TuS Teningen

Fitness
Judo
Leichtathletik
Tischtennis
Turnen

v.l.n.r.: (hinten) Simon Ferroni, Hannes Ott, Leo Hahne, (vorne) Ines Rees, Katja Adler, Charlotte Hahne, Herbert Schinköth, Timo Gerber, Patrick Meier, Dieter Markstahler

Erste-Hilfe kann jeder lernen

Am 11.03.2023 veranstaltete der TuS Teningen, zusammen mit dem DRK-Teningen (Dieter Markstahler), seinen fast schon traditionellen Erste-Hilfe-Kurs für seine Trainer, Übungsleiter, Helfer und Betreuer.

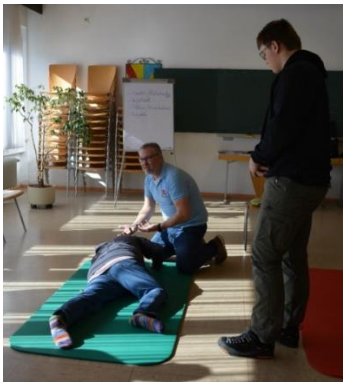
Manche haben sich schon gewundert, was bei der „Kurs-Anreise“ da außen für eine „Plastikkuppel“, die Nachts auch noch leuchtet, außen an der Wand des DRK-Teningen hängt. Seit einigen Wochen hat das DRK Teningen ein AED-Gerät hängen, welches für alle, 24 Stunden am Tag frei zugängig ist. Doch was es mit dem AED-Gerät auf sich hat, haben sich auch die Teilnehmer des Kurses gefragt und von Dieter Markstahler erfahren was es bedeutet. **A**-für Automatisierter, **E**-für externer, **D**-für Defibrillator, wo im Laufe des Kurses noch näher darauf eingegangen und mit einem solchen Gerät geübt wurde.

Nach kurzer Vorstellungsrunde zu Beginn, ging es gleich zur Praxis über, wo die Teilnehmer lernten, was im Notfall zu tun und wie zu Handeln ist.

Erste Hilfe kann überall gebraucht werden und nicht nur in der Sporthalle. Sei es bei einem Autounfall wo man erste Hilfe leisten kann oder einer Person die auf dem Boden liegt und nicht ansprechbar ist, in der Schule, im Kindergarten oder in der Kita, um nur einige zu nennen. Selbst wenn man sich nicht traut und Angst hat Erste-Hilfe zu leisten, ist das Absetzen des Notrufs unter 112 auch Erste-Hilfe und besser wie nichts zu tun und sich „aus dem Staub zu machen“.

In kleinen Gruppen wurden verschiedene Notfallsituationen geübt und nachgestellt, z.B. wie man eine verletzte Person aus dem Auto bekommt oder wie man jemand in die stabile Seitenlage bringt, wie man Verbände anlegt usw. . Auch wurde der Inhalt des Verbandskasten erklärt und wie man das Material richtig anwendet, was auch bei allen sehr routiniert von statten ging. Alle Abteilungen des TuS Teningen haben einen großen, orangen Erste-Hilfe-Koffer in ihrer Abteilung, welche schon vor Jahren vom TuS angeschafft wurden, so dass die Materialien und der Umgang mit diesen leicht von der Hand liefen.

Hier war deutlich zu erkennen, dass ein regelmäßiges Training sich auszahlt und einem die Scheu nimmt zu helfen. Beim gemeinsamen Mittagessen konnten sich die Teilnehmer untereinander austauschen, um dann gut gestärkt in die letzte Runde des Kurses zu starten. Am späten Nachmittag, nach einem kurzweiligen Tag, war der Kurs schon wieder zu Ende. Ein Dankeschön von allen Teilnehmern an den TuS Teningen, für die Organisation des Kurses und dass solche Kurse immer wieder ihren Trainer, Übungsleitern usw. angeboten werden, an Dieter Markstahler für die gute Durchführung des Kurses, sowie an das TuS-Küchenteam für die gute Versorgung./ps



AED

112
NOTRUF
Hilfe rufen /Notruf
Ermutigen /Trösten
Lebenswichtige Funktionen kontrollieren
Decke unterlegen /zudecken!

TuS Teningen