

## Leben retten kann jeder – sind Sie bereit?

Sehr geehrte Damen und Herren,

Unfälle passieren schneller, als man denkt – am Arbeitsplatz, auf dem Weg dorthin oder im privaten Umfeld.

In den ersten Minuten eines Notfalls zählt jede Sekunde.

Wer richtig handelt, kann Leben retten.

Haben Sie sich schon einmal gefragt:

- Wie verhalte ich mich bei einer möglichen Rückenverletzung?
- Was ist zu tun, wenn jemand zu ersticken droht?
- Woran erkenne ich, ob eine Person nicht mehr richtig atmet?
- Wie führe ich eine Reanimation bzw. Herzdruckmassage korrekt durch?

Die Teilnehmenden üben die wichtigsten Maßnahmen, um in Notfallsituationen sicher und effektiv zu reagieren und die wertvolle Zeit bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes zu überbrücken. In unseren praxisnahen Erste-Hilfe-Kursen lernen Sie genau das – und noch viel mehr.

### Kursdatum

Mittwoch, 17. Juni 2026 19.00 – 22.00 Uhr

### Kursort

Kirchweg 1, 8854 Siebnen im Pfarrsaal

### Kurskosten

Pro Person 90.- CHF, FGS-Mitglieder 80.- CHF

Paaranmeldungen 130.- CHF, FGS-Mitglieder 120.- CHF

### Anmeldungen

Bis zum 5. Juni 2026 direkt an Frauengemeinschaft Siebnen

Manuela Benkö, 078 / 907 84 47

Wir freuen uns auf den Erste-Hilfe-Kurs mit euch!

Bettina Hegner

