

[Newsletter weiterempfehlen](#)

## WOCHENEND CHECK



### Sei vorbereitet

Etwas, das aufgrund der Pandemie längere Zeit ins Stocken geriet, waren die Angebote für Erste-Hilfe-Kurse. Dort, wo es das Infektionsgeschehen und die gesetzlichen Vorschriften zulassen, gibt es inzwischen wieder Angebote.

Aber auch ohne "Corona" liegt für die meisten Verkehrsteilnehmer der letzte (einzige?) Kurs ohnehin bereits weit in der Vergangenheit. Dabei sollte man stets in dem Bewusstsein leben, dass man jederzeit in die Situation geraten kann, Verletzten helfen zu wollen und auch helfen zu müssen. Denn zur Ersten Hilfe ist man verpflichtet. Viele haben große Angst, dabei möglicherweise etwas falsch zu machen. Der größte Fehler ist es jedoch, gar nicht zu helfen.

Für eine kleine Auffrischung des Erste-Hilfe-Wissens können unser **Film** und unsere **Broschüre** zu dieser Thematik wichtige Dienste leisten. Ein Erste-Hilfe-Kurs kann damit natürlich nicht ersetzt werden. Aber sie können helfen, bereits Erlerntes noch tiefer zu verwurzeln oder sich die Empfehlungen und Abläufe in Erinnerung zu rufen.

Ganz besonders beliebt und Bestandteil der **Broschüre** ist das praktische Schema "Die wichtigsten Schritte der Ersten Hilfe" (siehe unten), anhand dessen man seine eigenen Kenntnisse auf den Prüfstand stellen kann.

Gute Fahrt & schönes Wochenende

Ihr ifz-Team



- Richtiges Verhalten am Unfallort S. 4**
- Helmabnahme S. 6**
- Medizinische Erstversorgung S. 8**
- Stabile Seitenlage S. 12**
- Schock S. 14**
- Verletzungen S. 16**
- Übersicht S. 18**

## BIS ZU 50 STÜCK GRATIS!

# GRATIS!

### ZZGL. VERSANDKOSTEN

## DAS KLEINE ERSTE HILFE EINMALEINS



Deutscher Verkehrssicherheitsrat



Institut für Verkehrssicherheit e.V.





# ADAC

## MOTORRAD BASIS TRAINING ZU GEWINNEN

PARTNER  
FÜR MEHR FAHR SICHERHEIT

ADAC

Continental 

Institut für Zweiradsicherheit e.V. | Servicepark Essen  
Gladbecker Straße 425 | 45329 Essen  
Telefon (0201) 83 53 9-0 | Telefax (0201) 83 53 9-99  
E-Mail: [info@ifz.de](mailto:info@ifz.de) | Webpage: [www.ifz.de](http://www.ifz.de)  
Steuernummer 111 / 5785 / 1976  
VR Essen, Nr. 3943

Für den Inhalt verantwortlich gemäß § 6 MDStV:  
Matthias Haasper