



# Chikara-Gym – Neue Ersthelfer ausgebildet!

Rückblick von Menno Schmidt

Die Organisation verlief wieder wie am Schnürchen. Frühzeitig wurde die Halle vorreserviert und bereits vor Wochen mit einem Schild die anderen Verein auf den Termin hingewiesen.



Als Sievert Hohmann vom DRK-Kreisverband Leer den Unterricht pünktlich am Samstag um 8.30 Uhr begann, war die Halle entsprechend eingerichtet und neben Tee und Kaffee, standen geschmierte Brötchen und kalte Getränke für jeden bereit. Der Tag würde zwar lang, aber trotzdem so gesellig und bequem wie möglich sein.

15 Teilnehmer hatten sich eingefunden, darunter auch Gäste, die eine Ausbildung für den Führerschein nachweisen mussten. Nach deiner Vorstellungsrunde, ging es dann auch gleich in die Vollen. Rettungskette, Eigensicherung, rechtliche



Fragen zum Thema wurden durchgeackert. Nach der ersten Pause um 10.00 Uhr wurde der Zuhörer zum Akteur. In Gruppen wurden Notfallsituationen und Erstversorgung durchgespielt. Im Anschluss folgte dann jeweils die Präsentation



der Erkenntnisse vor der gesamten Gruppe mit anschließender Diskussion. Mit anderen Worten: Kein langweiliges Zuhören und Verinnerlichen mehr, sondern ein aktiver und kurzweiliger Workshop, bei es um die praktische Anwendung ging. Der Höhepunkt war wohl die Herz-Lungen-Wiederbelebung an gleich drei Übungspuppen gleichzeitig. Zwar konnten immer gleich drei Teilnehmer ihre Fähigkeiten unter Beweis stellen, aber dafür auch praxisgerecht: Problem feststellen, Notruf absetzen und 10-20 Minuten lange Beatmen und Pumpen, was das Zeug hält. Erst als das Martinshorn (dank App des Ausbilders auf seinem Handy) zu hören war, durfte man den „Patienten“ übergeben.

Fazit: Für alle ein lehrreicher und sinnvoller Tag und für die Übungsleiter im CGB zugleich auch der vorläufige Abschluss ihrer Ausbildung. Alle waren sich einig, derartige Aktionen beizeiten

wiederholen zu wollen. Zum einen, weil einiges sich doch in den Ausbildungen geändert und zum anderen, weil man einfach das Eine oder Andere auch vergessen hat. Im Ernstfall hat man keine Zeit zum Nachdenken oder Bezweifeln, da muss es einfach funktionieren. Also üben, üben und nochmal üben!

Vielen Dank nochmal, an alle die sich um einen solch reibungslosen Ablauf bemüht haben.



Stabile Seitenlage nach Unfall im Geräteraum, um im eigenen Erbrochenem zu Beispiel nicht zu ersticken.



Druckverband nach Platzwunde am Handrücken. Zu locker oder zu stramm? Blutet es noch oder sterben die Finger schon ab? Mit ein wenig Übung sitzt der Verband korrekt.



Erstversorgung einer verunfallten und bewusstlosen Kradfahrerin. Wie nehme ich den Helm alleine und korrekt ab und warum? Seit gestern wissen es 15 Teilnehmer mehr!



Und immer wieder die fachliche Unterstützung durch den DRK-Fachmann Sievert Hohmann, der selbst lange als Rettungssanitäter im Einsatz war.