



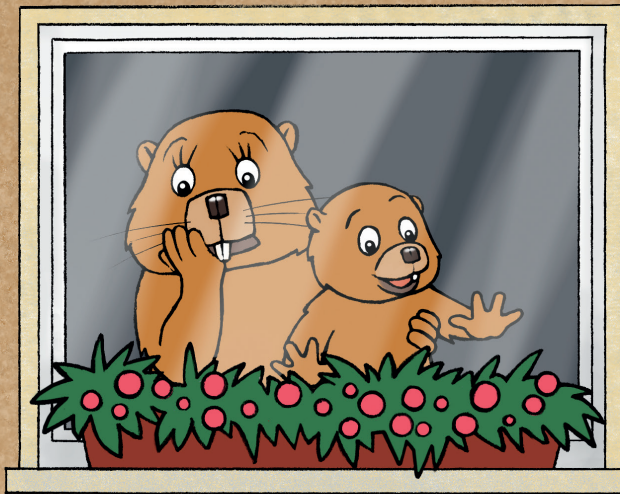
Der ASBiber

Mit Unterstützung unseres Maskottchens, des ASBibers, möchte der ASB der Bevölkerung auf spielerische Weise Kenntnisse über Erste Hilfe und Selbstschutz vermitteln. Gewitzt und mit viel Know-how erklärt der ASBiber die Grundlagen der Ersten Hilfe und von Hygienemaßnahmen während einer Pandemie, denn: „Der Biber weiß, wie es geht!“

Gleichzeitig hilft der kleine Alleswisser, schon bei den Jüngsten Aufmerksamkeit und Interesse fürs Helfen und den ASB als Hilfsorganisation zu wecken.

Weitere Informationen erhalten Sie online unter www.asb.de/krisenvorsorge oder fragen Sie uns einfach per E-Mail: ehsh@asb.de

Der ASB in Ihrer Nähe



Gewusst, wie: Erste Hilfe mit Selbstschutzinhalten

ASB fördert Selbsthilfe bei Notlagen



In Zusammenarbeit mit:



Erste Hilfe mit Selbstschutzinhalten (EHSH) ist ein Projekt aller deutscher Hilfsorganisationen zur Resilienzsteigerung der Bevölkerung in Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK) im Auftrag des Bundesministeriums des Innern, für Bau und Heimat (BMI).

Wir helfen
hier und jetzt.





Was ist Erste Hilfe mit Selbstschutzhinhalten (EHS)?

Der ASB möchte – in Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe – die Resilienz und praktische Fähigkeit der Bevölkerung zur Selbst- und Fremdhilfe in außergewöhnlichen Notlagen steigern. So können Mitbürger im Katastrophenfall professionelle Hilfskräfte bis zu deren Eintreffen und darüber hinaus unterstützen.

Was ist Erste Hilfe im Bevölkerungsschutz?

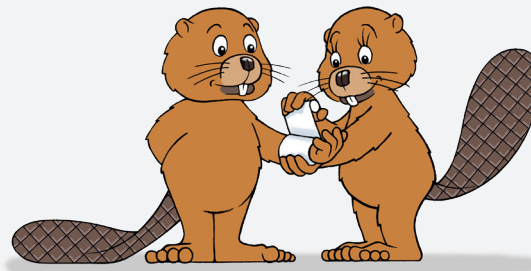
Erste Hilfe im Bevölkerungsschutz ist die unverzügliche Hilfe, die einem kranken oder verletzten Menschen oder Menschen in einer emotionalen Notlage zuteilwird, bis professionelle Hilfe eintrifft. Es geht dabei nicht nur um körperliche Wunden oder Erkrankungen, sondern auch um andere Formen der Erstbetreuung.

Dazu gehört auch die psychologische und soziale Unterstützung für Menschen in emotionalen Notsituationen aufgrund traumatischer Erfahrungen oder Ereignisse. Erste-Hilfe-Maßnahmen sollen Leben erhalten, Leiden lindern, weiteren Erkrankungen oder Verletzungen vorbeugen und die Genesung fördern.

Was ist Resilienz?

Resilienz (vom lateinischen „resilire“ für zurückspringen oder abprallen) ist die Fähigkeit, eigene psychische und physische Widerstandskräfte zu mobilisieren, um so in Krisen- und Notfallsituationen handlungsfähig zu bleiben und diese zu bewältigen.

Der ASB hat ein Konzept entwickelt, das – von Kita-Kindern bis zu Senioren – alle Altersgruppen erreichen soll. In verschiedenen Kursen werden Wissen und praktische Fähigkeiten sowohl für den Alltag als auch für Krisensituationen vermittelt.



In den zielgruppenspezifischen Kursen bietet der ASB allen Interessierten Gelegenheit, praktische Fähigkeiten und Kenntnisse in Bereichen der Ersten Hilfe und für Notlagen zu erwerben oder zu erneuern.

Da das Projekt vom Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe gefördert wird, ist die Kursteilnahme kostenfrei!



Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe

Unsere kostenlosen EHS-Kurse

Sicherheit und Erste Hilfe für Kinder

In diesem EHS-Kurs vermitteln wir bereits den Jüngsten die Freude am Helfen. Der Umgang miteinander sowie das Melden eines Notfalls werden hier spielerisch geübt.

Zielgruppe	Kinder zwischen dem 3. und 10. Lebensjahr
Dauer	2 bis 3 Unterrichtseinheiten*

Vorbeugung und Reaktion in Notlagen

In diesem EHS-Kurs wird anhand von Beispielen erlernt, wann wir von Notlagen reden und wieso jede Notlage unterschiedliche Präventionsmaßnahmen erfordert.

Zielgruppe	Jugendliche ab dem 10. Lebensjahr, junge Erwachsene, junge Familien, Senioren
Dauer	1 bis 2 Unterrichtseinheiten*

Medizinische Erstversorgung

In diesem EHS-Kurs befassen wir uns mit der medizinischen Erstversorgung in Notlagen. Wir zeigen Ihnen, wie Sie bei anderen Menschen auch über längere Zeiträume Erste Hilfe leisten können. Außerdem stellen wir alternative Materialien zur Wundversorgung vor.

Zielgruppe	Jugendliche ab dem 10. Lebensjahr, junge Erwachsene, junge Familien, Senioren
Dauer	ca. 6 Unterrichtseinheiten*

*Eine Unterrichtseinheit dauert 45 Minuten.