

An  
alle Schülerinnen und Schüler  
der Klassen 5-10 und Schulsanitätsdienste  
in den Ländern Bremen und Niedersachsen

Bremen, 21.04.2009



## Schülerwettbewerb: Erste Hilfe - „Hand aufs Herz“

Liebe Schülerinnen, liebe Schüler,

herzlich laden wir Euch erneut zur Teilnahme am Erste-Hilfe-Wettbewerb „Hand aufs Herz“ ein, der dieses Jahr zum vierten Mal am

**22. Juni 2009, von 10:00 bis 14:00 Uhr  
im AWD-Dome, dieses Mal in Halle 6 in Bremen auf der Bürgerweide**

stattfinden wird, ein. Auch in diesem Jahr richtet sich unsere Einladung natürlich auch wieder an alle interessierten Schulen im niedersächsischen Umland.

In nachgestellten Notfallsituationen könnt Ihr Euer Wissen zur Ersten Hilfe unter Beweis stellen. Die Aufgaben, die zu lösen sind, findet Ihr anbei.

Teilnehmen können Teams, die aus 5 Mitgliedern aus den Altersstufen Klasse 5-10 bestehen. Jede Schule hat die Möglichkeit, mehrere Teams zu entsenden. Damit beim Wettbewerb Chancengleichheit besteht, starten die Teams in zwei Kategorien. In der Kategorie 1 starten die Mannschaften, deren Mitglieder aus Erste-Hilfe-Anfängern bestehen. In der Kategorie 2 starten die Teams mit aktiven Schulsanitätsdienstlern.

Eine Jury aus Fachleuten prämiert die drei besten Teams jeder Kategorie. Als attraktive Preise winken z.B. die Teilnahme an spannenden Aktionen wie ein Tag auf der Meyer-Werft in Papenburg oder bei der Berufsfeuerwehr mit allem Drum und Dran für die ganze Klasse.

Neben dem Wettbewerb erwartet Euch ein Rahmenprogramm mit Musik, Aktionen, Informatives und ein Quiz für Alle rund um die Erste-Hilfe. Auch in diesem Jahr wird die Berufsfeuerwehr Bremen als Partner dabei sein und auf dem Außengelände Rettungsdemonstrationen vorführen.

Als Vorbereitung auf den Wettbewerb können die Mitglieder der Teams der Kategorie 1 einen kostenfreien Kurs in Eurer Schule bei einer der Ersten-Hilfe-Organisationen belegen. Bei der Kursbuchung müsst Ihr nur eine Kopie Eurer Anmeldung für den Wettbewerb vorlegen.

Eure Anmeldung sendet bitte per Post, Fax oder E-Mail an:

Unfallkasse Freie Hansestadt Bremen  
Frau Birgit Lütjen  
Walsroder Straße 12-14  
28215 Bremen  
Tel. 04 21 / 3 50 12 – 20  
Fax 04 21 / 3 50 12 – 88  
E-Mail: anmeldung@handaufsherz.net

Anmeldeschluss ist der 15. Mai 2009. Vergesst bei der Anmeldung bitte nicht, Eure Starterkategorie anzugeben.

Natürlich sind auch alle anderen Schülerinnen und Schüler Eurer Schule als Fans zu Eurer Unterstützung herzlich willkommen.

Alle Informationen und Neuigkeiten zum Wettbewerb findet Ihr auch unter [www.handaufsherz.net](http://www.handaufsherz.net).

Wir freuen uns auf Eure Teilnahme!



Ingelore Rosenkötter  
Senatorin für Arbeit, Frauen, Gesundheit,  
Jugend und Soziales



Renate Jürgens-Pieper  
Senatorin für Bildung und Wissenschaft

Anlagen

An die  
Unfallkasse Freie Hansestadt Bremen  
Frau Birgit Lütjen  
Telefax: 0421 – 350 12 88

### Anmeldung zum Wettbewerb „Hand aufs Herz“ am 22.06.2009

Bitte in Druckbuchstaben ausfüllen. Danke!

Schule: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ und Ort: \_\_\_\_\_

Klasse \_\_\_\_\_

Teilnehmer 1: \_\_\_\_\_

Teilnehmer 2: \_\_\_\_\_

Teilnehmer 3: \_\_\_\_\_

Teilnehmer 4: \_\_\_\_\_

Teilnehmer 5: \_\_\_\_\_

Starterkategorie:  Kategorie 1 (keine, geringe Vorkenntnisse)  Kategorie 2 (Schulsanitätsdienst)

Klassenlehrer: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Alle Einsendungen erhalten eine schriftliche Bestätigung und rechtzeitig vor der Veranstaltung alle notwendigen Informationen zur Teilnahme.

## **Aufgaben 2009**

Jede Aufgabe stellt einen Ablauf für ein ganz bestimmtes Szenario dar, in dem euer Erste-Hilfe-Wissen gefragt ist.

Was ist zu tun? - Am 22. Juni wird sich zeigen, wer diese Abläufe besonders gut und sicher beherrscht. Im Gegensatz zum vorherigen Jahr fallen die Hinweise zu den Abläufen sehr knapp aus – es wird also knifflig.

Auch die Schulsanitäter müssen mit einem Anstieg des Schwierigkeitsgrades rechnen und wohl gewappnet sein, dass während des Ablaufes die eine oder andere unerwartete Zusatzaufgabe eintreten kann.

Jede Aufgabe sollte vom ganzen Team gelöst werden, dafür ist auch eine Aufgabenteilung erlaubt. Hauptsache ist: Teamarbeit! Dies gilt für alle Starter-Kategorien.

Bereitet euch gut auf die Aufgaben vor, denn die Konkurrenz schläft nicht!

Und hier sind die fünf Aufgaben, die von jedem Team zu lösen sind.

## Aufgabe 1

Ihr seid mit Eurer Klasse auf Klassenreise. Bei einem Ausflug am Nachmittag nach einer längeren Wanderung wird plötzlich jemand aus Eurer Gruppe ohnmächtig und sackt zu Boden.

Was ist zu tun?

1. Eigene Sicherheit beachten! Handschuhe?
2. Ansprechen, Rütteln der ohnmächtigen Person, keine Reaktion?
3. Atmung prüfen

Normale Atmung? Dann:

4. Notruf veranlassen, ggf. selbst durchführen (112)
5. Richtige Lagerung der ohnmächtigen Person, stabile Seitenlage
6. Wärmeerhalt
7. Betreuung der verletzten Person, Atmung regelmäßig kontrollieren
8. Übergabe an den Rettungsdienst

## Aufgabe 2

Bei einem Experiment im Chemie-Unterricht zerspringt ein Reagenzglas und verletzt die Lehrerin am rechten Unterarm. Die Wunde blutet sehr stark. Ihr wollt der Lehrerin helfen.

Was ist zu tun?

1. Eigene Sicherheit beachten! Handschuhe?
2. Ansprechen und Beruhigen der verletzten Person
3. Schockvorbeugung, Blutstillung/Druckverband
4. Notruf veranlassen, ggf. selbst durchführen (112)
5. Wärmeerhalt
6. Betreuung der verletzten Person
7. Übergabe an den Rettungsdienst

### **Aufgabe 3**

Bei einem Fußballspiel in der Sporthalle, schreit ein Mitspieler plötzlich auf und fällt zu Boden. Er hat starke Schmerzen im linken Sprunggelenk und kann den Fuß nicht mehr bewegen. Das Sprunggelenk schwillt an. Ihr wollt dem Mitspieler helfen.

Was ist zu tun?

1. Ansprechen und Beruhigen der verletzten Person
2. Umstehende auf die Notfallsituation aufmerksam machen, Hilferuf
3. Notruf veranlassen, ggf. selbst durchführen (112)
5. Versorgung der Verletzung
  - P:** Pause
  - E:** Eis
  - C:** Compression
  - H:** Hochlegen
6. Wärmeerhalt
7. Betreuung der verletzten Person
8. Übergabe an den Rettungsdienst

## Aufgabe 4

Beim Ausdauertraining bricht plötzlich jemand zusammen und sackt leblos zu Boden. Ihr habt es beobachtet und kommt als Erste dazu.

Was ist zu tun?

1. Eigene Sicherheit beachten, Handschuhe
2. Bewusstseinskontrolle der betroffenen Person
3. Umstehende auf die Notfallsituation aufmerksam machen, Hilferuf
4. Richtige Lagerung der betroffenen Person
5. Atmung prüfen

Keine Atmung? Dann:

6. Notruf veranlassen, ggf. selbst durchführen (112)
7. Herzdruckmassage durchführen
8. Atemspende durchführen
9. Wiederbelebensmaßnahmen im Verhältnis 30 Herzdruckmassagen und 2 Beatmungen kontinuierlich fortführen
10. Maßnahmen erst dann einstellen, wenn die betroffene Person erkennbar zu atmen beginnt, bzw. der Rettungsdienst eintrifft und die Maßnahmen fort führt.
11. Übergabe an den Rettungsdienst



## Aufgabe 5

Beim Anzünden eines Grills steht einer Eurer Freunde zu nah am Grill. Eine plötzliche Stichflamme verletzt ihn am Unterarm. Es ist deutlich eine Größere Brandwunde zu erkennen. Ihr wollt Eurem Freund helfen.

Was ist zu tun?

1. Eigene Sicherheit beachten! Vorsicht Feuerquelle!
2. Ansprechen und Beruhigen der verletzten Person,
3. Notruf veranlassen, ggf. selbst durchführen (112)
4. Brandwunde sachgemäß versorgen
5. Wärmeerhalt
6. Betreuung der verletzten Person
7. Übergabe an den Rettungsdienst