

## Auch Senioren (65+) können Erste Hilfe leisten

Wissen Sie, was in einem Notfall zu tun ist?

Der Samariterverein Aadorf führt bereits zum zweiten Mal einen Erste-Hilfe-Kurs für Senioren durch.

### **Kursinhalt:**

- Wie funktioniert die Alarmierung?
- Notrufnummern
- Schlaganfall und Herzinfarkt erkennen sowie die Erste Hilfe Massnahmen kennen
- Bewusstlosigkeit, stabile Seitenlage
- Wundversorgung
- Wiederbelebung (Reanimation), Defibrillator

Auch wenn Sie sich nicht mehr beweglich genug für die Erste Hilfe fühlen, kommen Sie trotzdem an diesen Kurs. Gerne dürfen Sie auch «nur» zuschauen und zuhören.

**Jeder kann helfen, nur nichts tun ist falsch!**

Der Kurs dauert drei Stunden (mit Pause). Folgende Daten stehen Ihnen zur Auswahl:

<b>Datum</b>	Kurs 1	Mittwoch, 11. März 2026
	Kurs 2	Mittwoch, 11. März 2026
<b>Zeit</b>	Kurs 1	8.30 – ca. 11.30 Uhr (kleine Pause)
	Kurs 2	14.00 – ca. 17.00 Uhr (kleine Pause)
<b>Ort</b>	Schulhaus Löhracker / Sek Ost (vis-à-vis Hallenbadeingang)	
<b>Preis</b>	Fr. 20.00	

Kursleitung:

Andrea Könitzer, Kursleiterin und Samariterlehrerin Samariterverein Aadorf

Anmeldung und Informationen:

Andrea Könitzer, 079 866 74 16 oder [andrea.koenitzer@samariter-aadorf.ch](mailto:andrea.koenitzer@samariter-aadorf.ch)

Die Teilnehmerzahl ist auf 20 Personen pro Kurs beschränkt. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.