



## Merkblatt

# Verhalten bei einem Unfall während einer J+S-Aktivität

Eine sorgfältige Planung kann einen Unfall nicht verhindern. Aber mithilfe von Kenntnissen zur Prävention und zu den Einflussfaktoren kann die Unfallgefahr reduziert werden.



Auf der Website von Swiss Cycling findet ihr unter dem Punkt Sicherheit im Velounterricht diverse Dokumente: Merkblätter zur Unfallprävention und Checklisten des bfu, das 3x3 der Sicherheit, usw.



### Checkliste bei einem Unfall

## Wie verhalte ich mich bei einem Unfall?

### Überblick über den Standort verschaffen

- Unfallstelle sichern
- Erstversorgung Patientin/Patient (evtl. mit Hilfsperson)
- Alarmieren
- Teilnehmende entweder einbeziehen oder von der Unfallstelle entfernen
- Erweiterte Massnahmen ergreifen (z.B. Seitenlage, Wärme, Beine hochlagern, ...)
- Zufahrt Sanität oder Landeplatz Rega gewährleisten
- Einweisung Rettungsorganisation (Rega, Sanität)
- Nachsorge der Teilnehmenden
- Anpassung der Aktivität
- Information an weitere Personen in der folgenden Reihenfolge:
  - Hauptleiterin/Hauptleiter informieren und weitere Schritte besprechen
  - Eltern informieren
  - Trainerinnen/Trainer, Präsidentin/Präsident informieren

### Wichtige Telefonnummern

**Sanität 144**  
**Rega 1414**  
**Feuerwehr 118**  
**Polizei 117**



Erste Hilfe  
des SRK



REGA



EchoSOS