

Älter werden, aktiv bleiben

Seite 4



Lehrmittel und IVR
Antworten auf die
häufigsten Fragen

Seite 14

Wissen
Von Allergien und
Unverträglichkeiten

Seite 18

Menschen
Samariterin und
Buchautorin

Seite 29

Bambuskissen

kann Ihr Leben verändern

Das Bambuskissen kann Ihnen zu einem **besseren Schlaf** verhelfen, wachen Sie ganz ausgeruht auf und beugen Sie Nackenschmerzen, Kopfschmerzen und **sogar Schnarchen** vor.

- ✓ **Nichts ist weicher als Bambus**
Herrlicher Komfort, weich, absorbiert die Feuchtigkeit der Haut, schnell trocknend.
- ✓ **Das Kissen ist antibakteriell und milbenfrei**
Hypoallergen. Eignet sich für jeden, auch für Allergiker.
- ✓ **3-Kissen in Einem**
Stützendes Kissen (doppelt falten). Normales Kissen (flach legen). Extra weiches Kissen (erhöht auflegen).
- ✓ **Perfekte Stütze für Nacken und Kopf**
Die Muskeln entspannen sich, Schmerzen und Schnarchen verringern sich und Sie wachen ganz ausgeruht auf.
- ✓ **Ökologisch**
Bambus wächst ganz natürlich ohne Pflanzenschutzmittel oder andere Chemikalien.



Grösse: ca. 60 x 45 cm

Für einen ruhigen Schlaf ist es wichtig, dass die Wirbelsäule gerade ist. Somit ist es garantiert, dass die Durchblutung ausreichend ist und die Nervensignale ins Gehirn und wieder zurück gelangen. Die Atemwege sind ebenso geöffnet und frei, sodass die Atmung optimal verläuft und nicht durch Schnarchen behindert wird.

Das Bambuskissen hat folgende Doppelfunktion:

Der Bambus Bezug kühlt beim Schlafen und ist mollig weich. Das ganze Kissen ist mit Memory-Form Flocken gefüllt und passt sich automatisch ihrer Schlafstellung an. Sie wachen fit und ausgeruht auf.

Das Bambuskissen ist das perfekte Kissen, welches Sie einfach höher oder tiefer, weicher oder härter benutzen können.

Durch das Formen wird es Ihnen möglich sein, in allen gewünschten Positionen zu schlafen: auf der Seite, auf dem Rücken oder auf dem Bauch. Wenn Sie gerne halb sitzend im Bett lesen, gibt Ihnen das Kissen, doppelt gefaltet, den perfekten Halt.

Memory-Schaum ist ein speziell entwickeltes viskoelastisches Material, welches unmittelbar auf Druck reagiert und dadurch elastisch wird und sich Ihrer Körperkontur anpasst. Wenn das Kissen nicht benutzt wird, erhält es seine ursprüngliche Form zurück. Der Unterschied zum normalen Memory-Schaum Kissen ist, dass die Luft beim Bambuskissen einfach zwischen dem Memory-Schaum frei zirkulieren kann und Ihnen dadurch ein kühles Gefühl gibt. Das Bambuskissen ist das erste Kissen, das alle Vorteile des Memory-Schaum-Materials hat ohne Nachteile. Der Kissenbezug kann in der Waschmaschine mit 30 Grad gewaschen werden.



Bambus Rückenstützkissen

Schluss mit Rückenschmerzen!

Bestellen Sie das Bambus Rückenstützkissen gleich mit und entlasten Sie damit Ihren Rücken durch eine komfortable und gesunde Sitzposition, Zuhause oder im Büro. Grösse ca. L: 33 cm - B: 31 cm - T: 10 cms

Bestellschein

JA, ich bestelle gegen Rechnung (zahlbar innert 10 Tage) plus Fr. 6.90 Versandkostenanteil wie folgt:

- ☐ **Bambuskissen, 1 Stück** (Art.Nr. 1436) **nur Fr. 49.-**
- ☐ **Bambuskissen, 2 Stück** (Art.Nr. 1437) **nur Fr. 88.-**
Sie sparen Fr 10.-
- ☐ **Bambus Rückenstützkissen** (Art.Nr. 1433) **nur Fr. 39.90**

☐ Frau ☐ Herr

391-58

Name: Vorname:

Strasse/Nr.:

PLZ/Ort:

Tel.-Nr.:

Bitte einsenden an: TRENDMAIL AG, Service-Center, Weinfelderstrasse 6, 8560 Märstetten

Schnell bestellen? Per Tel: 071 634 81 21, per Fax: 071 634 81 29 oder unter www.trendmail.ch

Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser

«Wie die Alten sunen, so zwitschern auch die Jungen», heisst es im Volksmund. In Zeiten von Twitter, dem «Zwitscherdienst» der sozialen Medien, erhält dieser Spruch zwar eine zusätzliche Bedeutung. Doch an der grundlegenden Wahrheit ändert sich nichts: Aus jung wird irgendwann alt, und dazwischen verändern Erfahrungen schleichend die Sicht auf die Dinge.

Lässt man die Jugend hinter sich, versteht man nämlich plötzlich die «Alten» besser, die neuen «Jungen» dafür immer weniger. Jene Jungen wohlgebet, die wir selbst erziehen und die dann eines Tages antreten und unsere Werte in Frage stellen, die einen Platz in der Welt fordern und die nicht immer nur von uns lernen wollen, sondern uns auch etwas beibringen können.

Umso wichtiger also, dass wir uns aktiv um eine gute Beziehung zwischen Alt und Jung bemühen, gerade auch weil in unserer Gesellschaft immer seltener verschiedene Generationen zusammenleben.

Wie genau das umgesetzt werden kann, ist eine Frage, mit der sich seit längerem auch viele Samaritervereine auseinandersetzen. Zum einen, weil in unserer Gesellschaft die Menschen immer älter werden, dabei aber länger gesund und aktiv bleiben, wie die Reportage aus Rebstein über die hochmotivierten «Samaritersenioren und -senioren» auf Seite 4 beschreibt. Andererseits, da in vielen Vereinen nur wenig Kontakt zwischen den Jugendgruppen und den älteren Mitgliedern besteht, obwohl sich beide Seiten viel zu geben haben. Der Bericht auf Seite 26 über den Besuch einer Help im

Altersheim bietet hierfür ein anschauliches Beispiel. Frei nach dem Motto: «Zämes too, wiiter choo.»



Sonja Wenger

Reportage

04 Samaritersenioren statt Altersheim

Die Schweizer Bevölkerung wird immer älter, und so auch viele Samariterinnen und Samariter. Zunehmend beschäftigen sich Samaritervereine deshalb mit der Frage, wie sie ihre älteren Mitglieder einbinden und deren Bedürfnissen besser gerecht werden können.



Aktuell

11 Gesamtkatalog Auftritte 2017

Im neuen Gesamtkatalog Auftritte 2017 ist das umfangreiche Angebot des SSB für eine wirksame Vereinspräsentation zusammengefasst.

12 Ein echtes Schnäppchen – die neue Internetseite des SSB

Der Schweizerische Samariterbund überarbeitet seine etwas in die Jahre gekommene Internetseite – und stellt parallel auf ein sogenanntes Multisite-Konzept um.

14 Neues Lehrmittel und IVR

Informationen und Antworten auf häufig gestellte Fragen zu den Themen IVR-Zertifizierung, Kosten und Gebühren für das Lehrmittel und Sanitätsdienst.

22 Tag der Tat 2017

Für viele Menschen mit lebensbedrohlichen Blutkrankheiten wie Leukämie ist eine Blutstammzellspende die einzige Chance auf Heilung. Das aber wissen erst wenige Menschen. Aus diesem Grund geht der «Tag der Tat» am 16. September in die vierte Runde.

25 Couponheft 2017

Das neue Couponheft des SSB eignet sich hervorragend als Beilage für die Samaritersammlung, als Give-away bei Standaktionen, in Kursen oder bei anderen Veranstaltungen, an denen Samaritervereine auf ihre Tätigkeiten aufmerksam machen möchten.

Wissen

18 Wenn es juckt und brennt, trieft und trânt

In der Schweiz sind drei Millionen Menschen von Allergien und Intoleranzen betroffen. Allergien sind selten lebensbedrohlich. Sie können einen aber in Alltag und Gesundheit massiv einschränken. Das Wissen um die vielfältigen Ursachen und Zusammenhänge bei Allergien bringt mehr Sicherheit und hilft, die Lebensqualität zu verbessern.



Menschen

29 Die vielen kleinen Dinge

Sich nach jahrzehntelangem Einsatz von Ämtern und Funktionen zu lösen, ist nicht immer leicht. Vreni Reh, die 35 Jahre lang als Samariterlehrerin im Verein Illnau-Effretikon tätig war, hat dafür eine gute Methode gefunden.

Von wegen Zipperlein: Statt ins Altersheim geht's zur Seniorengruppe

Die Schweizer Bevölkerung wird immer älter, und so auch viele Samariterinnen und Samariter. Zunehmend beschäftigen sich Samaritervereine deshalb mit der Frage, wie sie ihre älteren Mitglieder einbinden und deren Bedürfnissen besser gerecht werden können. Der Verein Rebstein im Kanton St. Gallen hat nun eine mögliche Lösung gefunden.



Das Akronym Samsen steht für «Sicherheit, Aktiv, Miteinander, Spass, Erleben, Neugier».

Text und Fotos: Sonja Wenger

Vielbeschäftigt sind sie, die fünf Seniorinnen und Senioren aus dem Samariterverein Rebstein im Kanton St. Gallen, die sich an diesem Mittwochabend Mitte März treffen, um ihren Auftritt an der kommenden Delegiertenversammlung zu proben. Die eine kommt direkt aus einer Veranstaltung im Dorf. Der andere muss gleich nach der Besprechung weiter, da er noch Besuch erwartet. Und auch sonst haben die rüstigen Damen und der einzelne Herr viel vor.

Die heute Anwesenden sind Teil der Gruppe «Samsen», so der offizielle Name, die aus derzeit rund fünfzehn Frauen und

Männern im Rentenalter besteht. Das Akronym Samsen steht allerdings nicht nur für Samariter-Senioren, sondern auch für «Sicherheit, Aktiv, Miteinander, Spass, Erleben und Neugier». Seit Anfang Jahr kommen sie einmal im Monat zusammen, um sich Erste-Hilfe-Wissen «light» anzueignen, um mit Gleichgesinnten im selben Lebensabschnitt etwas zu unternehmen und eben einfach auch um Spass miteinander zu haben. Dass Letzteres reibungslos funktioniert, zeigt sich beim munteren Schwatz mit der Gruppe. Da wird viel gelacht, man zieht sich auf und macht Scherze über die Zipperlein des Alters, doch stets achtsam und respektvoll.

Gegen die zunehmende Vereinsamung

Entstanden ist die Gruppe durch eine Initiative von Marlis Ritter, die die Samsen in ihrer Funktion als Samariterlehrerin betreut. Sie ist seit drei Jahrzehnten im Samariterverein Rebstein aktiv, hatte dort die lokale Samariter-Jugendgruppe aufgebaut und engagiert sich zudem als Kursleiterin sowie im Vorstand des Kantonalverbands St. Gallen und Fürstentum Liechtenstein. «Mein Anliegen ist, dass sich die älteren Samariterinnen und Samariter immer noch wohl fühlen», sagte Marlis Ritter anlässlich der Gründung der Gruppe in einem Interview mit der Lokalzeitung «Oberes Rheintal». «Ausser-

dem möchten wir mit dieser Gruppe auch der zunehmenden Vereinsamung alter Menschen entgegenwirken.» Schliesslich gebe es in den meisten Vereinen eine Seniorengruppe, «also wieso nicht auch bei uns?»

Marlis Ritter weiss, wovon sie spricht. Sie arbeitet seit einigen Jahren im Altersheim als Leiterin Alltagsgestaltung und Aktivierung. Und natürlich fliessen diese Erfahrungen in die Betreuung der Samsen mit ein: «Auch ältere Leute können und wollen noch etwas lernen», sagt Ritter im Gespräch mit dem «Samariter», und die Begeisterung, mit der die Anwesenden über die letzte Übung zur Stärkung des Gedächtnisses erzählen, spricht Bände. Ausserdem würden sie alle es sehr schätzen, dass man bei den Samsen die Lösungen für die Aufgaben in einem lockeren Tempo und immer gemeinsam erarbeitet, so dass niemand Angst davor haben müsse, einmal etwas nicht zu wissen.



Hier lassen die Mitglieder nochmals die letzte Übung Revue passieren. Im Bild zweite von rechts: Marlis Ritter.

Im eigenen Tempo

Die Idee für die Seniorengruppe sei eher spontan entstanden, erinnert sich Ritter. Allerdings habe sie nach einer kleinen Umfrage schnell herausgefunden, dass in

Rebstein durchaus das Bedürfnis für ein entsprechendes Angebot vorhanden sei. Dies ist auch daran zu erkennen, wie reibungslos die Mundpropaganda funktioniert. So werden beim Treffen fleissig die Namen jener ausge-

tauscht, die von den Mitgliedern neu angesprochen wurden, oder es wird beraten, wen man noch für einen Schnupperbesuch anfragen könnte. Ein bisschen Erinnerung ist dabei, auch ein bisschen Klatsch. Man bringt

Gut zu wissen

Generationenmix

Der demografische Wandel, also die Entwicklungen und Veränderungen der Bevölkerungsstruktur eines Landes, hat stets einen grossen Einfluss auf die Arbeitswelt, und damit im weitesten Sinne auch auf die Freiwilligenarbeit. Besonders gilt dies für die Altersstruktur der Bevölkerung – und die Erkenntnis, dass die Schweizer Bevölkerung in den kommenden Jahrzehnten unabhängig von der Zuwanderung deutlich altern wird.

Das Bundesamt für Statistik (BFS) hat 2015 zu diesem Thema ausführliche Szenarien für mögliche Entwicklungen der ständigen Wohnbevölkerung der Schweiz bis ins Jahr 2045 publiziert. Dabei geht das BFS von folgenden Zahlen aus:

- Die Anzahl Personen mit ständigem Aufenthalt in der Schweiz betrug im Jahr 2015 insgesamt 8,3 Millionen. Sie steigt bis 2030 auf 9,5 Millionen und erreicht 10,2 Millionen im Jahr 2045.
- Die Bevölkerungsgruppe der 65-Jährigen und Älteren erhöht sich von 1,5 Millionen im Jahr 2015 auf 2,2 Millionen im Jahr 2030 und auf 2,7 Millionen im Jahr 2045.
- Der Altersquotient, das heisst das Verhältnis der Anzahl Person ab 65 Jahren zur Anzahl Personen im Alter zwischen 20 und 64 Jahren auf 100 Personen liegt bei 29,1 im Jahr 2015, bei 39,6 im Jahr 2030 und bei 48,1 im Jahr 2045.

Die höhere Lebenserwartung und die verbesserte körperliche Fitness von älteren Menschen führt in Kombination mit zunehmend ungünstigeren Pensionsregelungen dazu, dass sich der Anteil der Mitarbeitenden älter als 64- respektive 65-jährig in den nächsten Jahren und Jahrzehnten stark erhöhen wird.

Für die Arbeitswelt – wie auch in der Freiwilligenarbeit – bedeutet dies, dass sich in den Arbeitsteams die Altersspanne vergrössert und das Durchschnittsalter erhöht, aber auch, dass immer mehr Personen über das ordentliche Rentenalter hinaus arbeitstätig – und aktiv – sein werden. Damit werden zunehmend Generationen zusammenarbeiten, die über sehr unterschiedliche Sozialisierungsmuster und Erwartungshaltungen an die Arbeitswelt verfügen.

Für ein gutes Arbeitsklima in Arbeitsteams mit einem grossen Generationenmix braucht es jedoch eine proaktive Auseinandersetzung mit Generationsstereotypen sowie die Betonung der Vorteile der Generationendiversität, oder vereinfacht: Statt den Fokus nur auf die Förderung der ganz jungen oder ausschliesslich auf die Bedürfnisse der älteren Generation zu legen, können Vereine viel gewinnen, wenn sie bewusst den Austausch zwischen den Generationen fördern.

Mehr Informationen über die Sozialisierungsmuster der verschiedenen Generationen und die Möglichkeit, eine positive und werteorientierte Zusammenarbeitskultur zu schaffen, finden Sie auf dem Extranet unter Home > Konferenzen > Konferenz der Kantonalverbandspräsidenten > Fachreferat zu Generationenmix.

Quellen: Bundesamt für Statistik, Viva Luzern AG



Faxen für die Kamera: Für die Delegiertenversammlung probt die Gruppe einen Rollatorentanz.



Bei den Samsen ist dies nur ein Requisit.

sich gegenseitig auf den neuesten Stand. Doch man spürt, dass hier etwas Neues entstanden ist, das den Beteiligten Spass macht und sinnvoll ist.

Die Idee dürfe laut den Rebsteiner Samsen durchaus Schule machen und sie sind gerne bereit, interessierten Vereinen und Personen dabei mit Tipps zur Seite zu stehen. Auch der Kantonalverband unterstützt die junge Gruppe und hilft aktiv, dass sich die Information im ganzen Verband verbreitet. Denn die Frage, mit welchen Angeboten und Methoden Samaritervereine ihre älteren Mitglieder einbinden und so «bei der Stange» halten können, ist seit langem ein Thema, das weit über einen einzelnen Verein oder eine Region hinausgeht. Dies ist einerseits der Fall, da die Gesamtbevölkerung der Schweiz immer älter wird. Aber auch, weil die Generation der heute über 55-Jährigen länger gesund und aktiv ist. Allerdings bedeutet dies nicht, dass sie deswegen automatisch mit den jüngeren Vereinsmitgliedern mithalten können – oder wollen.

Hinzu kommt, dass sich das Samariterwesen in den letzten zwei Jahrzehnten stark

gewandelt hat. Wo früher in den Samaritervereinen oft das gemütliche Beisammensein im Vordergrund stand, sind es heute viele Sanitätsdienste, ein hohes Lerntempo sowie abwechslungsreiche und praxisnahe Übungen. Doch irgendwann möge man mit seinen alten Knochen einfach nicht mehr auf dem Boden knien und die kraftintensive Herzmassage üben, sagt eine der Anwesenden.

Mitmachen ist das Wichtigste

Bei den Samsen haben sie deshalb nun gemeinsam ein Jahresprogramm zusammengestellt, das zwar stets einen Aspekt Erste Hilfe beinhaltet, gleichzeitig aber die persönlichen Bedürfnisse und Interessen der Mitglieder reflektiert. Neben Themen wie «Lebensrettende Sofortmassnahmen», «Wirkung von Medikamenten» oder «Was fordere ich wo an» finden sich im Programm deshalb auch Informationen über bewährte Hausmittel wie Wickel oder einfach mal ein Ausflug in der Region. Und: Es beinhaltet mehr Geselligkeit, als es heute im Mutterverein der Fall sei – zumindest sind Kaffee und andere Getränke (vom Samariterverein spendiert)

und Kuchen (von den Mitgliedern mitgebracht) ein fester Bestandteil der Treffen.

Deswegen von einem Schritt zurück zu den Wurzeln des Samariterwesens zu sprechen, würde den Samsen allerdings zu kurz greifen. Für sie ist in erster Linie wichtig, dass sie wieder mitmachen können, dass sie innerhalb des Samaritervereins, dem sie zwar angegliedert sind, in dem sie aber dennoch unabhängig agieren können, einen Platz haben, und dass sie sich weiterhin mit Erster Hilfe auseinandersetzen können. So hätten sie bereits eine ehemalige Samariterin, die aus Altersgründen aus dem Verein ausgeschieden war, wieder zum Mitmachen bewegen können.

Die Samsen sind aber nicht nur ein Tummelfeld für Samariterinnen und Samariter. Bewusst ist die Gruppe auch offen für Personen, die bisher keine Erfahrung in Erster Hilfe mitbringen. Einzige «Aufnahmebedingungen» seien «die Rente empfangen und Zeit haben», klingt es unisono am Besprechungstisch. Wer Lust und am Nachmittag Zeit hat, ist also auf jeden Fall willkommen. Und für all jene, die weniger gut zu Fuss sind, organisieren die Mitglieder auch bei Bedarf einen Fahrdienst. •



Gedächtnisübung am Nachmittag. (Foto: Marlis Ritter)



Startnummern einmal anders.



Für den Einkauf zu Hause.

Lassen Sie uns den Einkauf für Sie erledigen und schenken Sie sich Zeit – für die wirklich wichtigen Dinge im Leben.

Ihre Vorteile:

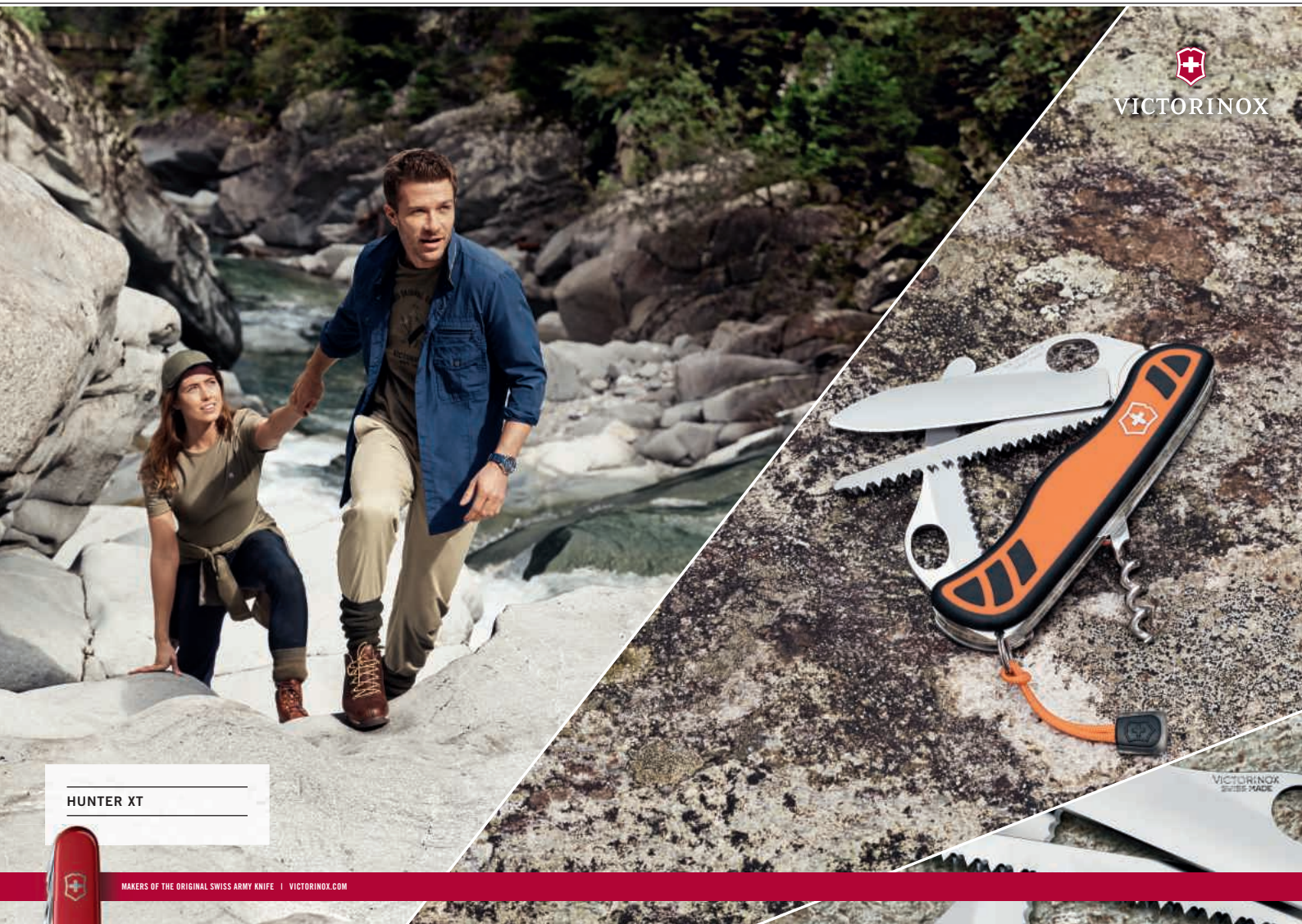
- Umfangreiches Sortiment – zu gleichen Preisen wie in der Coop Filiale
- Einzigartige Auswahl von mehr als 1'200 Jahrgangsweinen und 200 auserlesenen Spirituosen
- Bequeme Lieferung bis an die Wohnungstüre – vielerorts sogar stundengenau

CHF 20.– Reduktion für Ihren online Einkauf ab CHF 200.– bei coop@home. Code «SAM17B-E» im Checkout einfügen. Bon ist bis am 31.07.2017 gültig und pro Kunde einmal einlösbar.

www.coopathome.ch

coop

Für mich und dich. @home



HUNTER XT

Sonderausstellung verlängert

«Weltreise Rotes Kreuz»

Von der Wohnstube in die weite Welt. Noch bis im September 2017 nimmt die Sonderausstellung «Weltreise Rotes Kreuz» im Verkehrshaus Luzern die Besucherinnen und Besucher auf eine spannende Reise durch sechs Länder mit, in denen das Rote Kreuz den Menschen hilft, sich vor Katastrophen besser zu schützen. Aufgezeigt wird ebenfalls, wie wichtig Mobilität, Transport und Logistik für die Arbeit des Roten Kreuzes sind.

Das Besondere an der Reise: Die Besucherinnen und Besucher können ihre Route selber bestimmen. Ob mit Bus, Schiff oder Rikscha, immer wieder müssen sie zwischen zwei Optionen wählen. Je nach Entscheidung nimmt ihre Reise einen unterschiedlichen Verlauf. Unterwegs begegnen sie Einheimischen und Rotkreuz-Mitarbeitenden, geraten in unerwartete Situationen und erfahren viel über die Risiken und Herausforderungen vor Ort. Neben den interaktiven Reisestationen gibt es pro Land eine Länderbox, in der Informationen zur Arbeit des Roten Kreuzes attraktiv aufgelegt werden. Aber auch Überraschendes zur Mobilität, Kommunikation und zu kulturellen Besonderheiten in Äthiopien, Ghana, Haiti, Honduras, Nepal und auf den Philippinen gilt es zu entdecken.

Ergänzend zur Reise durch drei Kontinente kann eine Reise durch die Epochen angetreten werden. In der futuristisch gestalteten Zeitmaschine werden wichtige Ereignisse in der Welt- und Rotkreuz-Geschichte der Vergangenheit, Gegenwart sowie mögliche künftige Geschehnisse in Filmen auf originelle Weise erzählt. Durch die Zeit-



Eine interaktive Reise durch sechs Länder gibt Einblick in die Auslandsarbeit des SRK.

reise führt kein Geringerer als Rotkreuz-Begründer Henry Dunant, der als sympathische Comicfigur zum Leben erweckt wird.

Text und Bild: www.verkehrshaus.ch



Auch der Schutzengel rät zur Ruhe.

Sicherheit zuhause

Frühlingsputz ohne Stress

Mit dem Frühling erwacht häufig auch der Putzeifer. Bei allzu viel Hektik kann es jedoch leicht zu einem Unfall kommen. Häufigste Unfallursache ist der Sturz – zum Beispiel durch ein Stolpern, einen Misstritt auf der Leiter, der Treppe oder dem Stuhl.

Um einen Unfall beim Putzen möglichst zu vermeiden, sollten Sie folgende Tipps befolgen:

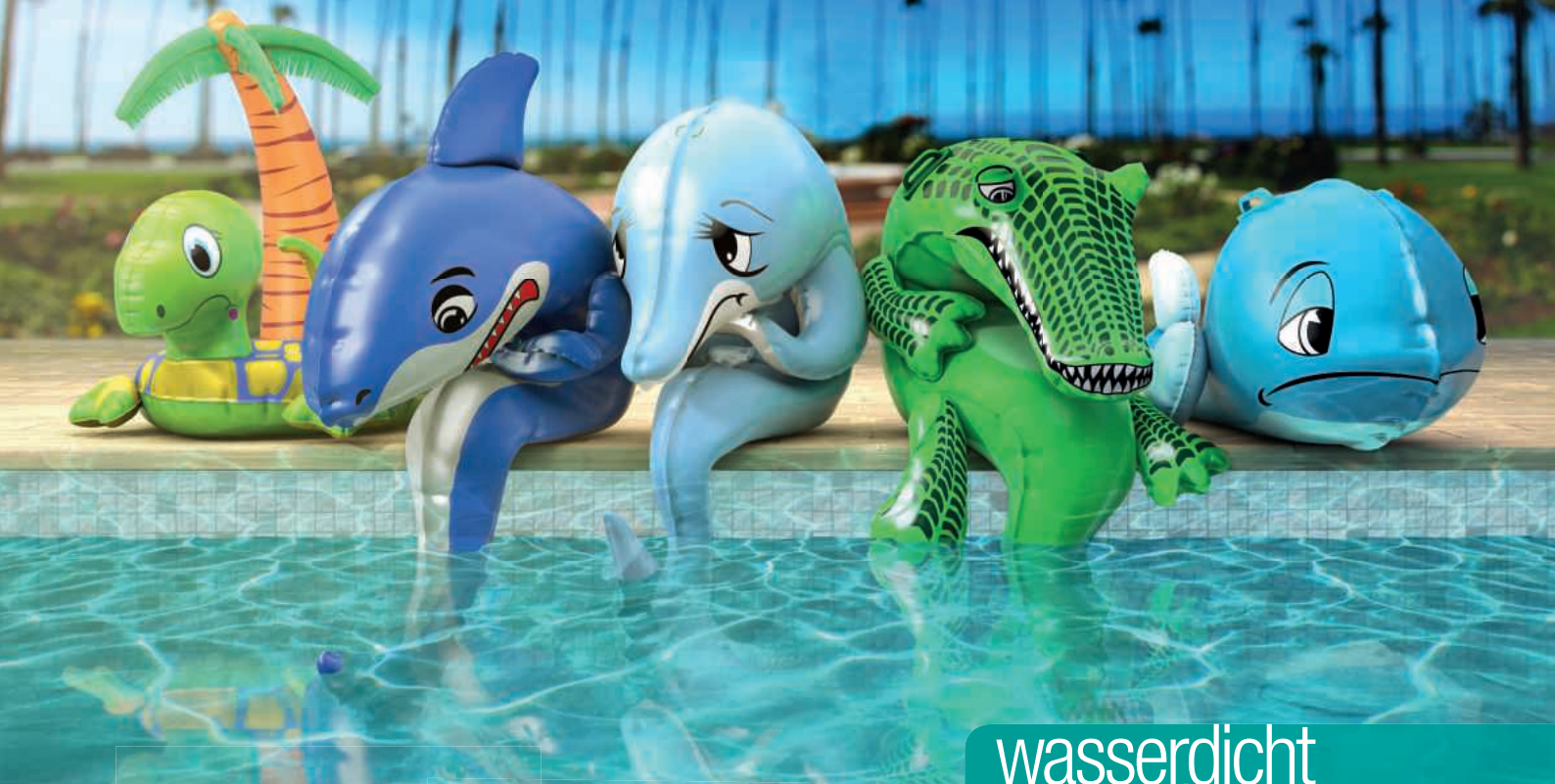
- Frühlingsputz auf mehrere Tage verteilen und zwischen-
- durch Pausen machen.

- Putzarbeiten vorbereiten; das nötige Material vor Arbeitsbeginn bereitstellen.
- Bequeme, aber nicht zu weite Kleider und rutschsichere, geschlossene Schuhe tragen.
- Nur standsichere Leitern verwenden und nicht mit Stühlen, Kisten oder Bücherstapeln improvisieren.
- Bei der Fensterreinigung nicht aufs Fensterbrett steigen und hinauslehnen, sondern einen Wischer mit abgewinkeltem Stiel benutzen.
- Putzgeräte so hinstellen, dass niemand darüberstolpert.
- Schwere Gegenstände mit geradem Rücken aus der Hocke hochheben.
- Wegen der Rutschgefahr Mitbewohnende auf nasse Böden hinweisen.
- Vor der Reinigung von elektrischen Geräten immer zuerst den Stecker herausziehen.
- Den Kontakt von Strom mit Wasser vermeiden – Lebensgefahr!

Auf der Website der Beratungsstelle für Unfallverhütung finden Sie zudem Informationsbroschüren über die sichere Handhabung von Geräten im Haushalt und darüber, wie man sich vor Giften und Chemikalien etwa in Putzmitteln schützt.

Text und Bild: Beratungsstelle für Unfallverhütung

Aufs erfrischende Nass verzichten?
Nicht mit 3M™ Tegaderm™ + Pad!



wasserdicht
schützend
sicher



Nicht immer ist die Haut in unversehrtem Zustand und bereit für den Sprung ins erfrischende Nass. **Tegaderm + Pad** ist der sterile Transparentverband mit saugfähigem Wundpad, der die Wunde sicher vor Wasser, Keimen und Schmutz schützt.

Die Zentralsekretärin

In Schwung bleiben

In unseren Samariter-Jugendgruppen sind viele Kinder und Jugendliche mit Herzblut dabei, lassen sich zu Ersthelferinnen und Ersthelfern ausbilden und setzen sich für die Anliegen der Samariterbewegung ein. Entgegen vielen anderslautenden Trends lassen sie sich hier durchaus in formale Strukturen einbinden. Dies zeigt, dass ihnen die Arbeit als Jungsamariterin und Jungsamariter Freude bereitet und sie sich dafür auch langfristig engagieren und verpflichten lassen. Mit unseren neuen Jugendkaderfunktionen haben wir zudem eine hervorragende Möglichkeit geschaffen, Jugendlichen wichtige Aufgaben zu übertragen, ihnen Verantwortung und Kompetenzen zu geben. Genau das wünschen sie sich, wollen sie und sind dafür bereit, intensiv zu lernen und sich das entsprechende «Rüstzeug» anzueignen. Die erfreuliche Anzahl Jugendliche, die über Ostern in Les Paccots an den Jugendkader-Ausbildungen in französischer Sprache teilgenommen hat, zeigt dies anschaulich. Doch was ist hierbei nun die Rolle von uns Ü-50 und älter? Bei uns liegt die Aufgabe, die Chancen im Miteinander zu erkennen und dieses zu fördern. Wie das gehen kann, erfuhren die Teilnehmenden an der Frühlingskonferenz der Kantonalpräsidentinnen und Kantonalpräsidenten. In einem praxisnahen und lebendigen Referat erhielten sie wertvolle Impulse, worauf es zu achten gilt, damit in den Vereinen ein ausgewogener Generationenmix entstehen kann. Wenn wir die jeweiligen Lebenspositionen der unterschiedlichen Generationen verstehen, schafft dies Möglichkeiten für ein konstruktives Miteinander und eine wunderbare Basis, um das Potenzial der verschiedenen Altersgruppen für das Samariterwesen gewinnbringend zu nutzen. So bleibt Jung und Alt, und damit auch die Samariterbewegung, in Schwung.



Regina Gorza

Wissen

Replik auf den Artikel «Knieverletzungen» im «Samariter» N°2/2017

Sehr geehrte Damen und Herren

Ich habe im «Samariter» N°2/2017 den Artikel «Knieverletzungen» gelesen und möchte meiner Verwirrung Ausdruck verleihen, insbesondere in Bezug auf die Ratschläge, wie im Falle einer ernsthaften Verletzung vorzugehen ist.

Hierbei beanstandete ich speziell die im Artikel mehrfach vorkommende Aussage, dass der Patient «die Notfallstation des nächsten Spitals und nicht nur den Hausarzt aufsuchen» soll. Zudem wird in der Box «Gut zu Wissen» mehrere Male als weiteres Vorgehen zu einer «Hospitalisierung mit Ambulanz» geraten.

Diese Ratschläge erweisen der Sache der Samariter jedoch einen schlechten Dienst und schaffen zudem ein Gefühl des Misstrauens gegenüber dem Hausarzt.

Stattdessen sollte man betonen, dass es sich bei Hausärzten (die zudem oft als Vereinsärzte tätig sind und so eine wichtige Stütze der Samaritervereine bilden) um Spezialisten mit grosser Erfahrung handelt, die – wie verschiedene wissenschaftliche Studien belegen – in der Lage sind, ernsthafte Verletzungen zu beurteilen und in 95 Prozent der Fälle auch ambulant zu behandeln.

Ihr in jahrelanger Praxis erworbenes Wissen ermöglicht es ihnen abzuschätzen, ob und wann es notwendig ist, dass Patienten ins Spital oder auf die Notaufnahme müssen – wo sie dann häufig von jungen Assistenzärzten behandelt werden, welche sich streng an die Vorgaben halten und oft unnötige und kostspielige radiologische Untersuchungen, eine Computertomographie oder eine Magnetresonanztomographie anordnen, welche in aller Eile ausgeführt werden.

Es ist nicht so, dass die Samariter selber Diagnosen stellen sollen. Genauso wenig sollten sie aber das Konsumverhalten im Gesundheitsbereich unterstützen. Dieses hat einerseits zu einer Kostenexplosion im Gesundheitswesen geführt, andererseits zu einem Stau in vielen Notaufnahmen der Spitäler, wo man sich nicht mehr ausreichend um echte Notfälle kümmern kann, und nicht zuletzt zu einer ausufernden Zahl an schnell ausgeführten und invasiven Untersuchungen, welche längst nicht immer zu einer präziseren Diagnose oder zu einer kürzeren Genesungszeit führen.

Heute vertritt man stattdessen vermehrt das Konzept des «choosing wisely», also der klugen Auswahl, welches das Prinzip vertritt, dass mehr machen nicht unbedingt bedeutet, es auch besser zu machen. Dabei handelt es sich um ein Verständnis der Medizin, die qualitativ hochstehend ist, aber auch nüchtern und respektvoll, die den Überkonsum von unnötigen Leistungen, nutzlosen Untersuchungen, kostenintensiven Diagnosen und ausufernden Pflegeleistungen ablehnt, dafür aber die notwendige Zeit gewährt und respektiert, die für eine Diagnose und Therapie im Einklang mit Erfahrung und der Natur notwendig ist.

Ich hoffe also, dass der «Samariter» es für angebracht hält, meine Position ebenfalls zu veröffentlichen, die ich aufgrund meiner Tätigkeit als Hausarzt vertrete, aber auch weil ich es für wichtig halte, dass die Rettungssanität nur in wirklich gravierenden und dringenden Notfällen aufgeboten wird. Und nicht zuletzt, weil ich der Überzeugung bin, dass bei einem korrekten Vorgehen von Seiten der Samariter der Transport mit einer Ambulanz in diesem Ausmass überflüssig ist.

Hochachtungsvoll

Dr. med. Vincenzo Liguori
Spezialist FMH Innere Allgemeinmedizin
Hausarzt
Vereinsarzt des Samaritervereins Castagnola-Cassarate

Übersetzung der ungekürzten Originalfassung: Sonja Wenger

Neuer Gesamtkatalog Auftritte

Für einen gelungenen Auftritt in der Öffentlichkeit



Von der Gewerbeausstellung über Blutspendeaktionen und Sanitätsdienste bis zu Standaktionen – mit Ihrem Verein sind Sie bei unterschiedlichen Anlässen und bei vielfältigem Publikum präsent. Nutzen Sie diese Gelegenheit: Präsentieren Sie Ihren Verein im besten Licht und profitieren Sie von einem gelungenen Auftritt in der Öffentlichkeit. Denn eine erfolgreiche Kommunikation gegen aussen unterstützt Sie einerseits dabei, die Kompetenz Ihres Vereins aufzuzeigen, und stärkt andererseits das Vertrauen und den Wiedererkennungswert beim Publikum.

Wir bieten Ihnen für Ihre Vereinspräsentation diverses Ausstellungsmaterial, Give-away-Artikel und Informationsmaterial an. Um Ihnen einen schnellen Überblick zu ermöglichen, haben wir unser umfangreiches Angebot im neuen Gesamtkatalog Auftritte 2017 für Sie zusammengefasst. Darin finden Sie unter anderem das vom Warenausleiher zur Ausleihe angebotene Material oder Artikel zum Kauf und erfahren, welche Artikel Sie als kleine Präsente an Ihre Besucherinnen und Besucher abgeben können.

Sie finden den Bestellkatalog in elektronischer Form im Extranet unter Marketing > Vereinsmarketing > Messen und Ausstellungen.

Text und Bild: SSB

TEXAID



ENGAGEMENT IN DER FORSCHUNG

TEXAID TRITT MISTRA FUTURE FASHION BEI

TEXAID ist dem schwedischen Forschungsprogramm Mistra Future Fashion beigetreten. Damit will das Unternehmen sein Know-how im Bereich der ökologischen Sammlung, Sortierung und Verwertung von Textilien einbringen und zur Weiterentwicklung von Textilrecycling-Methoden beitragen.

Gemeinsame Vision: Closed-Loop

TEXAID und Mistra Future Fashion teilen die gemeinsame Vision, den textilen Kreislauf zu schliessen und die globale Textilwirtschaft nachhaltiger zu gestalten. «Eine vollständige Wiederverwertung von gebrauchten Textilien würde natürliche Ressourcen erheblich schonen und die Umweltbelastung reduzieren», sagt Martin Bösch, CEO der TEXAID-Gruppe. Geleitet von der Vision eines Closed-Loop arbeitet TEXAID stetig an der Optimierung ihrer Arbeitsprozesse und Qualitätsstandards.

Mit dem Beitritt zu Mistra Future Fashion stärkt TEXAID ihr Engagement für die Weiterentwicklung von Textilrecycling-Methoden. Weitere Informationen zum Forschungsprogramm finden Sie unter: www.mistrafuturefashion.com

TEXAID



Internetseite des Schweizerischen Samariterbunds

Ein echtes Schnäppchen: Die Website für Ihren Verein

Über 85 Prozent der Schweizer Bevölkerung nutzen das Internet zur Informationssuche, für Einkäufe und für Sozialkontakte auf stationären wie auch mobilen Geräten. Fast 60 Prozent nutzen das Internet für Informationsbeschaffung und Recherchen. Eine Homepage ist deshalb heute nicht nur die «Online»-Visitenkarte eines Unternehmens, sondern trägt immer mehr zum Verkauf von Dienstleistungen und Produkten eines Unternehmens oder einer Organisation bei.

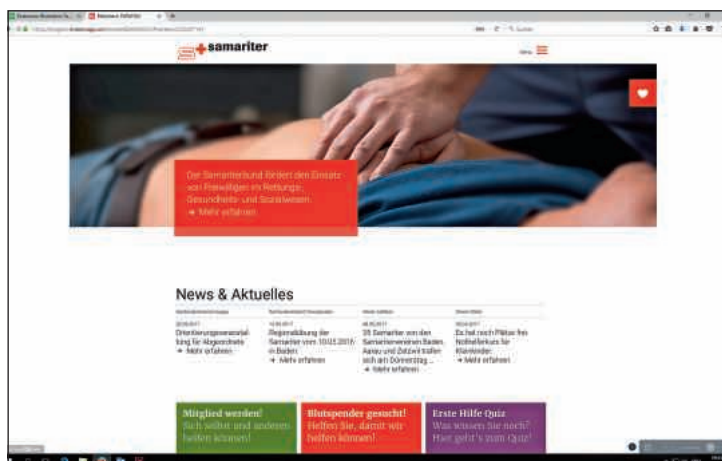
Dies ist nur einer der Gründe, weshalb der Schweizerische Samariterbund seine etwas in die Jahre gekommene Internetseite überarbeitet und parallel auf ein sogenanntes Multisite-Konzept umstellt.

Davon profitieren können auch Kantonalverbände oder Samaritervereine: Das Multisite-Konzept ermöglicht das rasche Erstellen

einer Vereins- oder Verbandswebseite. Die Multisite ist eine Kopie der SSB-Webseite und verfügt über alle Inhalte der Hauptseite. Diese können daraufhin nach Wunsch selbst angepasst und individualisiert werden.

Zeit sparen dank Inhaltspool oder Inhaltsvererbung

Als Besitzer einer Multisite haben Sie unter anderem die Möglichkeit, auf den gesamten Inhaltspool (Texte, Bilder und anderes) des SSB zuzugreifen oder stets automatisch die aktuellsten Inhalte der SSB-Webseite vererbt zu bekommen. Dadurch gewinnen Sie wertvolle Zeit, denn insbesondere Letzteres erspart Ihren Administratoren viel Aufwand beim Unterhalt und bei der Pflege der Seite.



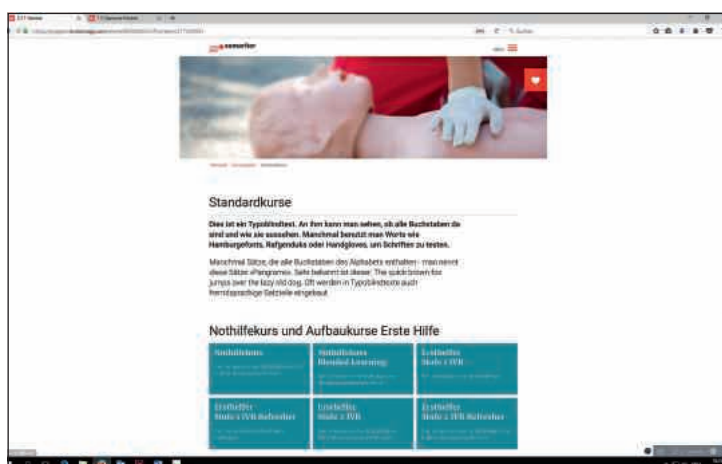
Die Startseite im gemeinsamen «Samariterkleid», mit dem der Auftritt und die Marke Samariter gestärkt werden.

Ein Schweizerischer Samariterbund. Ein Auftritt.

Ein weiterer Vorteil des Multisite-Konzeptes ist ein vermehrt einheitlicher Web-Auftritt im «Samariterkleid». Dank unserer gemeinsamen Präsentation nach aussen erhält die Marke Samariter so die Chance, sich in den Köpfen der Menschen schneller und besser zu verankern und an Stärke zu gewinnen, was wiederum jedem einzelnen Vereinsmitglied bei seinem Einsatz zugutekommt. Damit ein übergeordneter, optischer Rahmen bestehen bleibt, werden beim Multisite-Konzept nicht sämtliche Elemente frei anpassbar sein.

Eine Multisite lohnt sich in vielerlei Hinsicht:

- Kostengünstige und einfache Umsetzung einer eigenen Webseite
- Bereitstellen der Multisite auf SSB-Server: einmalig im Rahmen von CHF 700.– bis 800.– oder auf externer Infrastruktur: einmalig rund CHF 3000.–
- Gebühren für Unterhalt: voraussichtlich CHF 10.–/Monat.
- Die Kosten für ein Angebot an dazugehörigen E-Mailadresse werden im April bekannt gegeben.
- Die Webseite wird mit dem Inhaltsverwaltungssystem (CMS) «Drupal 8» bearbeitet. «Drupal 8» ist ein Open Source CMS, für das keine Lizenzkosten anfallen.
- Bedienung (Backend CMS) in den Sprachen Deutsch, Französisch oder Italienisch möglich
- Zugriff auf Inhaltspool des SSB (Texte und Bilder)



Beispielhafte Darstellung einer Unterseite, wie sie für das Angebot eines Standardkurses möglich wäre.



Beispielhafte Darstellung einer Unterseite, wie sie für das Angebot des BLS-AED-Kurses möglich wäre.

- Automatisierte Vererbung der SSB-Inhalte, zum Beispiel Agenda oder Wissen
- Funktionalitäten, die weiterentwickelt oder neu integriert werden, stehen allen offen.

Den Flyer zum neuen Internetauftritt finden Sie auf Deutsch, Französisch und Italienisch auf dem Extranet unter Marketing > Vereinsmarketing > Internet.

Wichtig

Während der bereits laufenden Umsetzungsphase im April/Mai 2017 sind ausgewählte Kantonalverbände und Samaritervereine mit eingebunden. Im Juli 2017 steht das Angebot dann allen Kantonalverbänden und Samaritervereinen zum «sofortigen Gebrauch» offen. Zum Start werden noch nicht alle Funktionen zur Verfügung stehen, diese werden jedoch bis August laufend integriert. Auf diese Weise können wir Vereinen, für die eine gewisse Dringlichkeit besteht, bereits früher eine eigene Webseite zur Verfügung stellen.

Den Projektplan (Timing und Funktionen) finden Sie unter www.samariter.ch/Internetauftritt.

Für Interessierte oder bei Fragen wenden Sie sich bitte an: marketing@samariter.ch.

Text und Bilder: SSB



Samaritervereine und Verbände können einzelne Elemente der Multisite frei anordnen und die Inhalte selbst bestimmen.

Informationen und Antworten auf häufige Fragen



Die Umstellung auf das neue Online-Lehrmittel und die Zertifizierung durch den IVR betreffen das Samariterwesen in vielen Bereichen und ziehen verschiedenste Änderungen nach sich. Diese sind tiefgreifend und nicht immer einfach nachzuvollziehen. Dementsprechend tauchen viele Fragen und Unklarheiten auf. Mit diesem Beitrag möchten wir auf die aktuell häufigsten Fragen eine Antwort geben und Klarheit schaffen.

Kosten und Gebühren für IVR-Zertifizierung

Mit der Umstellung haben sich auch die Kosten geändert, die ein Samariterverein für Lehrmittel, Kursabgaben und Zertifizierung durch IVR aufwenden muss.

Standort-Gebühr IVR

Die Standort-Gebühr von CHF 200.– fällt jährlich an und gilt jeweils für die Periode vom 1. November bis zum 31. Oktober des Folgejahres. In der Gebühr enthalten sind Leistungen wie Zertifizierungskosten, Nutzung der IVR-Plattform, Nutzung des Qualitätslabels «First AID» und der Support durch die Geschäftsstelle IVR. Die Rechnung erhalten die Vereine (oder RV/KV) direkt vom IVR.

Als Standort gelten: Samaritervereine, Regional- und Kantonalverbände.

Kosten und Gebühren für das Lehrmittel

Basisgebühr CHF 150.–

Für das elektronische Lehrmittel wurde den Samaritervereinen für die überführten Kursleiter 1 SSB, Kursleiter 2 SSB, Samariterlehrer und Jugendtrainer eine einmalige Gebühr von CHF 150.– verrechnet, im Sinn einer «Aktualisierung des Lehrmittels». Dies ist analog der Handhabung des 3-Ordner-Systems, bei welchem die Aktualisierungen ebenfalls in Rechnung gestellt wurden.

Diese einmalige Basisgebühr wird auch jenen in Rechnung gestellt, die zukünftig eine Ausbildung für die obengenannten Funktionen absolvieren.

Wichtig: Jährliche Benutzungsgebühr ab 2018

Mit der Umstellung des Finanzierungskonzeptes ab 1.1.2018 werden die Kursabgaben reduziert und harmonisiert und betragen zukünftig für alle Standardkurse CHF 20.–. Davon ausgenommen: Die Kursabgabe für den Kurs Ersthelfer Stufe 3 IVR beträgt CHF 60.–, jene für den Kurs Häusliche Pflege bei Ansteckungsgefahr CHF 10.–.

Dadurch entsteht der Zentralorganisation im Vergleich zu heute ein Minusbetrag, welcher zukünftig durch die jährliche Benutzungsgebühr für das Lehrmittel gedeckt wird. Die Höhe der Gebühr ist abhängig von der jeweils ausgeübten Funktion. Die Höhe des Betrags pro Funktion entnehmen Sie bitte der Tabelle «Benutzungsgebühr Lehrmittel» auf Seite 16 oder im Extranet unter Bildung und Kurswesen > Kurswesen 2017 > Gebühren und Kosten.

Die Kosten für die Ausstellung der Kurszertifikate, welche seitens IVR anfallen, werden vom SSB getragen. Die Tarifliste für die Zertifikate finden Sie auf der Website des IVR.

Weshalb war für den SSB der Schritt zur Zertifizierung durch den IVR notwendig?

Mit der Definition der Ersthelferstufen 1–3 und entsprechenden Vorgaben zur Qualitätssicherung durch den IVR für den Erhalt der Zertifizierung resp. des Qualitätslabels «First AID» sind im ganzen Bereich Erste Hilfe zukünftig verschiedenste Entwicklungen möglich. Diese Entwicklungen tangieren den SSB nicht nur, sondern können grossen Einfluss auf die Organisation und ihre Tätigkeiten ausüben:

Beispiel 1: Unternehmen verlangen von ihren Kursanbietern das First-AID-Label resp. die IVR-Zertifizierung als Anbieterorganisation. Als zertifizierter Anbieter kann der SSB diese Vorgabe erfüllen, und Samaritervereine und Kantonalverbände können weiterhin Firmenkurse erteilen, ohne dass die Teilnehmerzahlen einbrechen.

Beispiel 2: ASTRA hätte wie ursprünglich vorgesehen den IVR bereits per 1.1.2017 mit der Zertifizierung des NHK beauftragt.

Beispiel 3: Als Mitgliedorganisation des IVR mit 3 Stimmrechten in der Delegiertenversammlung kann der SSB bei zukünftigen Ausrichtungen des IVR wie zum Beispiel Leitbild oder Verbandspolitik mitwirken und Anträge an die Versammlung stellen.

Beispiel 4: Ohne eine Mitgliedschaft beim IVR wäre ein Einsitz in verschiedenen Arbeitsgruppen zwecks Vertretung unserer Interessen und Anliegen schwierig. Aktuell ist der SSB in der Arbeitsgruppe «Sanitätsdienst» vertreten und kann darauf hinwirken, dass die Vorgaben für den Sanitätsdienst auf einem für unsere Organisation vertretbaren und angemessenen Niveau bleiben.

Aufgrund dieser und weiterer Überlegungen hat deshalb der SSB seinerzeit entschlossen, sich als Anbieterorganisation zertifizieren zu lassen.

Sanitätsdienst

Alle aktiven Samariterinnen und Samariter wurden auf Stufe 2 IVR überführt

Per 31.12.2016 wurden alle aktiven Samariterinnen und Samariter automatisch auf die Stufe 2 überführt. Dies basiert auf einer Abmachung, die der SSB aufgrund der fachtechnischen Kompetenz der Samariterinnen und Samariter mit dem IVR so treffen konnte. Samariterinnen und Samariter, welche weiterhin Sanitätsdienst leisten, jedoch Unsicherheiten oder einzelne Wissenslücken in den Inhalten der Stufe 2 aufweisen, müssen diese zwingend aufarbeiten. Der Samariterverein haftet beim Sanitätsdienst für seine Mitglieder. Ebenfalls müssen Sanitätsdienstleistende die Ausbildung «Grundlagen Sanitätsdienst» besucht haben.

Wie erhalte ich das Zertifikat für Stufe 2 IVR?

Alle Samariterinnen und Samariter, die bei uns eine E-Mail-Adresse hinterlegt haben, erhalten das Zertifikat im ersten Halbjahr 2017 automatisch per E-Mail zugestellt. Falls Sie über keine eigene E-Mail-Adresse verfügen, geben Sie uns bitte eine E-Mail-Adresse an (bspw. eine aus Ihrem Verein), an welche wir das Zertifikat senden können. Wenn Sie nicht sicher sind, ob Sie einen E-Mail-Kontakt hinterlegt haben, senden Sie uns bitte ebenfalls eine E-Mail.

Bitte versehen Sie Ihre E-Mail-Nachricht mit dem Betreff «Zertifikat Stufe 2 IVR».

Pflicht für Sanitätsdienstleistende: Erhalt der Stufe 2 IVR

Für Sanitätsdienstleistende ist Weiterbildung eine Pflicht. Gemäss den aktuellen Regelungen des SSB müssen sie pro Jahr 5 Übungen besuchen, eine davon zum Thema «Sanitätsdienst».

Nachdem der IVR allen Samariterinnen und Samaritern die Stufe 2 automatisch übertragen hat, empfehlen wir, diese aktuell zu halten und innerhalb von zwei Jahren den Kurs «Ersthelfer Stufe 2 Refresher» zu besuchen. Wie oben beschrieben, überarbeitet der IVR zurzeit seine Richtlinien für Sanitätsdienste. Wir gehen davon aus, dass er darin eine aktuelle Stufe 2 IVR als Vorgabe definieren wird. Sobald die neuen IVR-Richtlinien für Sanitätsdienste vorliegen, wird der SSB sein Reglement Sanitätsdienst ZO 355 überarbeiten und alle notwendigen Anpassungen vornehmen.

Text: SSB. Bild: Shutterstock

Benutzungsgebühr Lehrmittel (ab 01.01.2018)

Funktion	Funktion 1, Gebühr pro Jahr in CHF	Funktion 2, Gebühr pro Jahr in CHF	Total	Begründung
Einzelfunktionen				
Kursleiter 1 SSB	242.50		242.50	Der Kursleiter 1 SSB kann Standardkurse mit Inhalten aus der IVR Stufe 1 erteilen. Er generiert damit Einnahmen für den Samariterverein.
Kursleiter 2 SSB	485.00		485.00	Der Kursleiter 2 SSB kann Standardkurse mit Inhalten aus den IVR Stufen 1 und 2 erteilen sowie aus diesen individuelle Kursprogramme für Firmen und Unternehmungen zusammenstellen und erteilen. Die Anzahl der zu nutzenden Kurse ist somit höher als jene des Kursleiter 1 SSB. Er kann dadurch mehr Einnahmen für den Samariterverein generieren. Die Gebühr ist deshalb höher angesetzt.
Samariterlehrer	160.00		160.00	Der Samariterlehrer kann aus den vorhandenen Inhalten der IVR-Stufen 1 und 2 Vereinstrainings / Übungen zusammenstellen und erteilen. Er ist vereinsinterner Ausbilder und generiert damit keine Einnahmen für den Samariterverein. Daher ist die Jahresgebühr für die Nutzung des Lehrmittels tiefer angesetzt als jene des Kursleiter 1 oder 2 SSB.
Jugendtrainer SSB	160.00		160.00	Der Jugendtrainer SSB kann aus den vorhandenen Inhalten der IVR-Stufen 1 und 2 Trainings / Übungen für die Samariter Jugendgruppe zusammenstellen und erteilen. Er ist jugendgruppen-interner Ausbilder und generiert damit keine Einnahmen für die Jugendgruppe. Daher ist die Jahresgebühr für die Nutzung des Lehrmittels tiefer angesetzt als jene des Kursleiter 1 oder 2 SSB.
Doppelfunktionen				
Kursleiter 1 SSB und Samariterlehrer	242.50	160.00	402.50	- Der Kursleiter 1 SSB kann Standardkurse mit Inhalten aus der IVR Stufe 1 erteilen. Er generiert damit Einnahmen für den Samariterverein. - Der Samariterlehrer kann aus den vorhandenen Inhalten der IVR-Stufen 1 und 2 Vereinstrainings / Übungen zusammenstellen und erteilen. Er ist vereinsinterner Ausbilder und generiert damit keine Einnahmen für den Samariterverein.
Kursleiter 2 SSB und Samariterlehrer	485.00		485.00	- Der Kursleiter 2 SSB kann Standardkurse mit Inhalten aus den IVR Stufen 1 und 2 erteilen sowie aus diesen individuelle Kursprogramme für Firmen und Unternehmungen zusammenstellen und erteilen. Die Anzahl der zu nutzenden Kurse ist somit höher als jene des Kursleiter 1 SSB. Er kann dadurch mehr Einnahmen für den Samariterverein generieren. Die Gebühr ist deshalb höher angesetzt. - Der Samariterlehrer kann aus den vorhandenen Inhalten der IVR-Stufen 1 und 2 Vereinstrainings / Übungen zusammenstellen und erteilen. Er ist vereinsinterner Ausbilder und generiert damit keine Einnahmen für den Samariterverein.
Jugendtrainer SSB und Samariterlehrer	160.00		160.00	In der Doppelfunktion Kursleiter 2 SSB / Samariterlehrer ist somit nur die Jahresgebühr für den Kursleiter 2 SSB zu bezahlen. Also keine Kumulation der Jahresgebühren für Kursleiter 2 SSB und Samariterlehrer.
				Die Aufgaben des Jugendtrainers SSB und des Samariterlehrers sind dieselben jedoch mit unterschiedlichen Zielgruppen. Sie sind interne Ausbilder und generieren damit keine Einnahmen für den Verein oder die Jugendgruppe.



Erste Hilfe für die ganze Familie

**Wundschnellverbände von flawa –
für jede Haut das passende
Pflaster.**

www.lohmann-rauscher.ch/flawa



Lohmann & Rauscher



Erhältlich unter shop.samariter.ch

Grundbotschaft des Monats

Wir Samariterinnen und Samariter geben unser Wissen und Können über häusliche Pflege an die Bevölkerung weiter, damit Erkrankte nach Möglichkeit zu Hause gepflegt und betreut werden können.

Sämtliche Grundbotschaften finden Sie unter www.samariter.ch > Extranet > Information > Werbe- und PR-Texte > Grundbotschaften

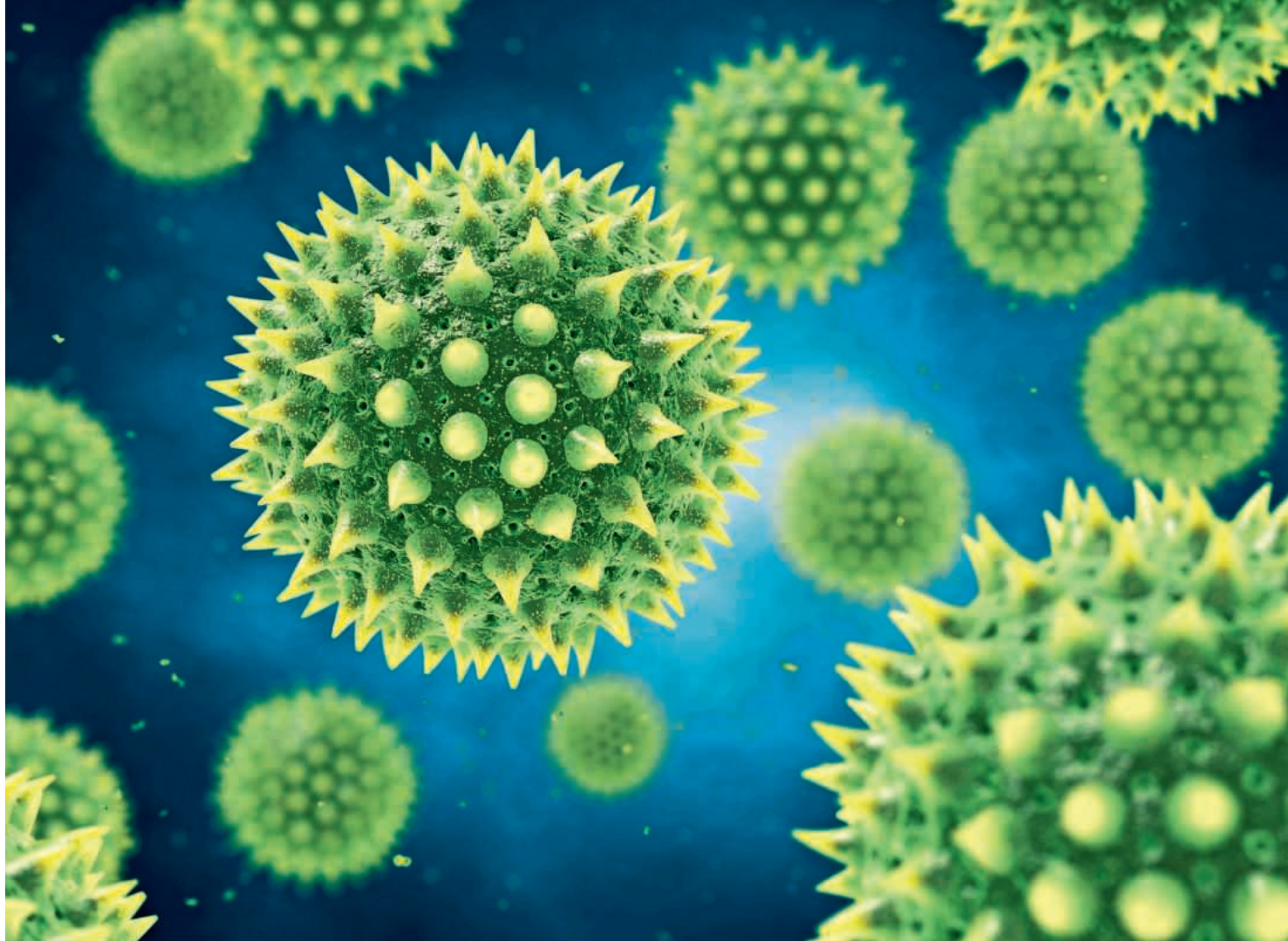


Illustration von freifliegenden Pollenkörnern, die Heuschnupfen auslösen können.

Allergien

Wenn es juckt und brennt, triefte und trünt

Weshalb kann der Kontakt mit winzigen Pollen Heuschnupfen oder Asthma auslösen? Wie kommt es, dass gewisse Nahrungsmittel zunehmend viele Menschen krankmachen? Wie erklärt es sich, dass die Haut auf gewisse Stoffe mit schmerzhaften Ekzemen reagiert? Noch kennen Wissenschaft und Medizin nicht alle Antworten. Gewiss ist: Allergien und Intoleranzen sind eine Zeiterscheinung, Folge unseres modernen Lebensstils.

Text: aha. Bilder: Shutterstock

In der Schweiz sind drei Millionen Menschen von Allergien und Intoleranzen betroffen, besonders häufig Kinder und Jugendliche. Rund 20 Prozent der Bevölkerung haben eine Pollenallergie, bis zu 15 Prozent Asthma und fast jedes fünfte Kleinkind leidet an Neurodermitis. Allergien sind selten lebensbedrohlich. Sie können Kinder und Erwach-

sene in Alltag und Gesundheit aber massiv einschränken. Wissen um die vielfältigen Ursachen und Zusammenhänge bei Allergien bringt mehr Sicherheit und hilft, die Lebensqualität zu verbessern.

Was ist eine Allergie?

Eine Allergie ist eine überschüssige Reaktion des Immunsystems auf an sich harmlose, fremde Stoffe: In der Regel sind

dies Eiweisse, beispielsweise in Pollen, Hausstaubmilben oder Nahrungsmitteln. Kommen Betroffene mit diesen Allergenen in Kontakt, reagiert der Organismus mit einer unverhältnismässig starken Abwehr. Diese Reaktion führt zu verschiedenen allergischen Symptomen in den oberen und unteren Atemwegen, im Magen-Darm-Bereich oder auf der Haut. Im Extremfall ist ein allergischer Schock die Folge.

Rund 35 Prozent der Schweizer Bevölkerung sind auf Allergene sensibilisiert, weisen also eine Allergiebereitschaft auf. Gut zwei Millionen Menschen sind von allergischen Symptomen mehr oder weniger stark betroffen. Kinder weisen ein erhöhtes Allergierisiko auf, wenn bereits die Eltern Allergien haben. Treten bereits im Kindesalter Symptome auf, sollte die Ursache abgeklärt werden, um eine sogenannte «Allergiekarriere» hinauszuzögern oder im besten Fall zu vermeiden.

Als einer der Hauptgründe für die starke Zunahme von Allergien über die letzten Jahrzehnte wird unser hoher Lebens- und Hygienestandard genannt. Gemäss dieser Theorie fehlen unserem Immunsystem immer mehr die «natürlichen» Feinde (Parasiten, Viren, Bakterien). Es wehrt sich deshalb vermehrt gegen harmlose Stoffe.

Was tun bei einer Pollenallergie?

Etwa 15 bis 20 Prozent der Bevölkerung zeigen nach dem Einatmen von Pollen allergische Symptome, auch Heuschnupfen genannt. Die Pollen von Gräsern oder Bäumen verursachen rote, juckende Augen, Fliessnase, Niesreiz und Atemnot, sofern sie in genügend hoher Konzentration in der Luft



Nahrungsmittel enthalten Bestandteile, auf die das Immunsystem überreagieren kann.

vorkommen. Die Mehrheit der Betroffenen reagiert auf Gräserpollen.

In den letzten Jahren konnten zudem zunehmend Allergien auf Birken- und Eschenpollen beobachtet werden. Betroffene können viel zu ihrem Wohlbefinden beitragen, indem sie sich über den Pollenflug auf dem Laufenden halten mit der Smartphone-Applikation «Pollen-News» oder über www.pollenundallergie.ch. Auch bei der Wahl des Ferienzies sollte auf den Pollenflug geachtet werden, ebenso wie bei sportlichen Aktivitäten. Im Sommer ist auf Jogging eher zu verzichten, Wasser- oder Indoor-Sportarten sind gute Alternativen. Es ist auch wichtig,

die auslösenden Pflanzen und deren Blütezeit zu kennen. So können Sie versuchen, der maximalen Pollenbelastung auszuweichen oder prophylaktisch Medikamente zu nehmen.

Für gutes Klima im Raum

Ob zu Hause, im Büro, in der Schule oder bei Freunden – wir verbringen 90 Prozent unserer Zeit drinnen. Eine gute Luft im Raum ist deshalb entscheidend, um gesund zu sein. Vielen Menschen machen in Wohn- und Arbeitsräumen aber Allergieauslöser wie Hausstaubmilben, Schimmelpilze, Haustiere oder Zimmerpflanzen zu schaffen. Sie leiden unter Atemwegsallergien mit verstopfter Nase, Niesen, Schnupfen, geröteten und juckenden Augen sowie asthmatischen Beschwerden. Am häufigsten plagen die Hausstaubmilben in unseren Betten: Rund 5 bis 8 Prozent der Kinder und Erwachsenen in der Schweiz reagieren allergisch auf die winzigen Spinnentierchen. Aber auch Reizstoffe – zum Beispiel Raumdüfte oder Partikel von Baustoffen – können gesundheitliche Probleme bereiten.

Allergisch oder intolerant?

Als Nahrungsmittelallergie wird eine Überreaktion des Immunsystems auf harmlose

Gut zu wissen

Anaphylaktischer Schock

Der anaphylaktische Schock ist die ausgeprägteste Form einer allergischen Reaktion. Durch Freisetzung von Histamin und weiteren Mediatoren werden die Blutgefässe im Körper so stark erweitert und flüssigkeitsdurchlässig, dass es zu lebensbedrohlichem Blutdruckabfall oder zu einer lebensbedrohlichen Verengung der Atemwege kommen kann. Personen, bei denen eine Allergie bekannt ist, zum Beispiel auf Bienengift, und die daher bei Kontakt mit dem Gift stark allergisch reagieren, führen häufig eine Notfallspritze (z.B. EpiPen) mit sich. Ist eine Person nicht mehr imstande, sich diese lebenswichtige Spritze selbst zu verabreichen, ist sie auf Hilfe angewiesen.

Symptome

Haut: Rötung und Schwellung des gesamten Körpers

Atemwege: Kehlkopfschwellung (Larynxödem); schwere Atemnot (Asthmaanfall)

HerzKreislauf: Blutdruckabfall (Schwarzwerden vor Augen, Schwindel); Bewusstlosigkeit

Erste Massnahmen

Alarmieren Sie die Sanität 144

Anwendung des EpiPens

Vorgehensweise: Nehmen Sie den Pen in die Hand. Entfernen Sie die graue Schutzkappe. Drücken Sie den schwarzen Teil gegen den Oberschenkel zum Auslösen der Nadel (notfalls auch durch die Kleidung). Bleiben Sie 10 Sekunden in dieser Position. Massieren Sie anschliessend die Einstichstelle 10 Sekunden lang. Bei Bewusstsein: hinlegen, Beine hochlagern.

Bei Bewusstlosigkeit mit normaler Atmung: stabile Seitenlage.

Bei Bewusstlosigkeit ohne normale Atmung: Herzdruckmassage.

Merke: Eine allergische Reaktion kann eine lebensbedrohliche Situation darstellen. Bei beginnender Atemnot oder Zunahme der Schwellung alarmieren Sie die Sanität.



Quelle: Buch «Erste Hilfe leisten – sicher handeln», Careum Verlag, 2. Auflage

Bienen, Wespen und Hummeln



Insektengiftallergien werden meist durch Bienen- und Wespenstiche ausgelöst. Die Insektengiftallergie ist nicht vererbbar. Bei Stichen im Mund- oder Rachenraum können auch bei nicht allergischen Personen lebensgefährliche Schwellungen auftreten. Schweizweit kommt es jährlich zu 3–4 Todesfällen.

Ursachen und Auslöser

Bienenstiche ereignen sich vor allem im Frühjahr und Sommer. Im Gegensatz zu den Wespen verlieren die Bienen den Stachel nach dem Stich. Die verschiedenen Bienen- und Hummelarten haben ein unterschiedliches Aggressionspotenzial. Hummeln sind die friedlichsten Wehrstachelträger, Hummelstiche sind selten und für die meisten Menschen harmlos. Von einer Bienengiftallergie Betroffene dürfen Honig essen.

Wespenstiche ereignen sich vor allem im Spätsommer und Herbst, während der Hauptreifezeit von Kern- und Steinobst. Im Gegensatz zu den Bienen behalten die Wespen nach dem Stich den Stachel und können somit mehrmals stechen. Hornissen sind grösser und gehören zur gleichen Gattung wie die Wespen.

Symptome

Bei einer allergischen Reaktion auf einen Bienenstich oder einen Wespenstich treten die Symptome innerhalb von Minuten bis spätestens nach einer Stunde auf. Sie reichen von lokalen Schwellungen über Juckreiz, Nesselfieber, Erbrechen, Atemnot, Herzrasen, Blutdruckabfall, Bewusstlosigkeit, Atemstillstand und Herz-Kreislauf-Kollaps (Anaphylaxie).

Therapie

Personen, die bereits einmal auf einen Bienenstich oder einen Wespenstich allergisch reagiert haben, sollten über die Gefahr eines jeden weiteren Stichs aufgeklärt werden. Betroffene erhalten vom Arzt ein Notfallset mit Antihistaminika, Kortison und evtl. einer Adrenalininjection (Handhabung und Haltbarkeit regelmässig kontrollieren). Bei jedem weiteren Stich müssen die verordneten Medikamente sofort eingenommen werden, noch bevor es zu einer allergischen Reaktion kommt. Für Bienengiftallergiker und Wespengiftallergiker gilt: Notfallset immer bei sich tragen!

Pollenallergie (Heuschnupfen)

Die Pollenallergie ist die häufigste allergische Erkrankung in unseren Breitengraden. Typische Symptome sind Fliessschnupfen, Niesattacken, tränende Augen. Die Allergie tritt selten vor dem dritten Lebensjahr auf. In der Regel beginnen die Beschwerden ab Schulalter. Von den rund 3500 Pflanzen in der Schweiz sind nur etwa 20 für Pollenallergiker von Bedeutung.

Ursachen und Auslöser

Die Pollenallergie (Heuschnupfen), deren Veranlagung oft vererbt wird, ist eine Reaktion auf eine oder mehrere Pollenarten. Dabei reagiert das Immunsystem auf die an sich harmlosen Eiweisse der Pollen. Durch das Einatmen oder den direkten Kontakt mit den Pollen wird bei Allergiebetroffenen Histamin ausgeschüttet, das zu einer Entzündung der Bindehaut der Augen und der Nasenschleimhaut führt.

Symptome

Folgende Beschwerden können auftreten: Niesattacken, Fliessschnupfen (Rhinitis), verstopfte Nase, juckende und tränende Augen, Juckreiz in Gaumen, Nase und Ohren. Angestauter Schleim in den Nasennebenhöhlen kann zu Kiefer- und Kopfschmerzen führen. Eine über eine längere Zeit unbehandelte Pollenallergie kann sich zu einem allergischen Asthma entwickeln.



Therapie

Zur Behandlung der Symptome bei einer Pollenallergie können verschiedene Medikamente in Form von Nasensprays, Augentropfen oder Tabletten/Tropfen eingesetzt werden. Zu den wichtigsten Wirkstoffgruppen gehören Antihistaminika, Kortikosteroide (Kortisonpräparate), Leukotrienantagonisten und Mastzellstabilisatoren. Mehr Informationen zu den Wirkstoffgruppen mit ihren Wirkmechanismen sind auf der Seite «Behandlung der Pollenallergie» auf www.aha.ch zu finden.

Bestandteile, meist Eiweisse, in Lebensmitteln bezeichnet. Häufige Symptome sind Juckreiz und Schwellungen im Mundbereich. Weitere Reaktionen: Erbrechen, Probleme im Magen-Darm-Trakt, Reaktionen der Haut, Asthma oder, im Extremfall, ein anaphylaktischer Schock. Erwachsene sind am häufigsten allergisch auf Hasel- und Baumnüsse, Sellerie, Äpfel und Kiwi. Heftig sind zumeist die Reaktionen auf Erdnüsse, Meeresfrüchte oder Sesam. Kinder reagieren typischerweise auf Kuhmilch, Hühnereier, Erdnüsse und Nüsse. Eine Nahrungsmittelallergie kann mittels Selbstbeobachtung sowie Haut- und Bluttests diagnostiziert werden. Auf allergieauslösende Stoffe, die z.B. auch «versteckt» in Gewürzmischungen enthalten sind, muss danach strikt verzichtet werden.

Bei einer Nahrungsmittelintoleranz ist das Immunsystem nicht beteiligt. Der Körper kann einen bestimmten Stoff nicht verdauen. Er reagiert unmittelbar mit Beschwerden. Am häufigsten sind Laktoseintoleranz und Zöliakie (Glutenintoleranz). Bei der Laktoseintoleranz produziert der Organismus das Verdauungsenzym Laktase nicht oder nur ungenügend. Bei der Zöliakie wird die Dünndarmschleimhaut durch Gluten (Bestandteil verschiedener Getreidesorten) geschädigt.

Die Haut in der Hauptrolle

Mit 110 Milliarden Zellen, davon 2 Milliarden Pigmentzellen, 2 Millionen Schweiss- und 350 000 Talgdrüsen ist die Haut ein wahres Wunderwerk der Natur. Unsere Körperhülle ist nicht nur unser grösstes, sondern auch unser vielfältigstes Organ, dessen physiologische, soziale und emotionale Bedeutung oft unterschätzt wird.

Jeden Tag erbringt die Haut Höchstleistungen; schützt vor Wind, Kälte, Sonne, Schadstoffen und krankmachenden Erregern. Und sie sollte dabei unserem Schönheits-



Eine Allergie kann Hautausschlag und Juckreiz verursachen.

Glossar

Allergen

Ein Allergen ist eine an sich harmlose Substanz, welche über die Vermittlung des Immunsystems Überempfindlichkeitsreaktionen auslöst. Allergene sind meistens Proteine (Eiweisse).

Allergietest

Bei Verdacht auf eine Allergie kann ein Allergietest durchgeführt werden, um ein spezifisches Allergen zu identifizieren oder auszuschliessen. Man unterscheidet zwischen Haut-, Blut- oder Provokationstests.

Siehe auch www.allergiecheck.ch

Antihistaminikum

Auch Histamin-Rezeptoren-Blocker. Es sind Stoffe enthalten, welche die Wirkung des körpereigenen Botenstoffs Histamin abschwächen oder aufheben, indem sie die Histamin-Rezeptoren blockieren. Antihistaminika werden insbesondere zur Behandlung von Allergien eingesetzt.

Asthmaanfall

Bei einem Asthmaanfall verengen sich die Atemwege so stark, dass das Ausatmen zu einer grossen Belastung wird. Betroffene haben das Gefühl, zu wenig Luft zu bekommen, was sie in Angstzustände versetzen kann. Typisch bei einem Asthmaanfall ist das Einsetzen der Atemhilfsmuskeln (hochgezogene Schultern) und pfeifende Atemgeräusche.

Enzym (früher Fermente)

Enzyme sind Eiweisse, die biochemische Reaktionen auslösen. Sie haben wichtige Funktionen im Stoffwechsel. Ausserdem steuern sie den überwiegenden Teil der Verdauung.

Kortison

Kortison und Kortisonpräparate (Derivate) werden seit Jahrzehnten eingesetzt. Die früher verwendeten, sehr hohen Dosen verursachten viele Nebenwirkungen. Heute sind neue Kortisonpräparate (sogenannte Kortikosteroide) in Gebrauch. Sie ermöglichen fein dosierte Therapien. Nebenwirkungen sind bei richtiger Anwendung weitgehend vermeidbar, vor allem beim lokalen Gebrauch als Salbe, Nasen- oder Asthaspray. Wegen ihrer entzündungshemmenden und anti-allergischen Wirkung sind Kortisonpräparate bei der Behandlung von schweren allergischen Erkrankungen der Atemwege und der Haut häufig unverzichtbar.

ideal entsprechend immer makellos und ebenmässig sein. Die Realität sieht aber für viele anders aus: Die Haut ist gerötet, schuppt und juckt.

Wichtig ist in erster Linie, die Haut zu schützen und in gutem Zustand zu erhalten. Prävention hat folglich oberste Priorität. Dazu gehört die gründliche Reinigung, um Schweiss und Schmutz zu entfernen. Am besten mit einem sanften Duschgel kurz und nicht zu heiss duschen. Danach folgt die Pflege. Das Eincremen fördert die Regeneration, indem die Schutzschicht wiederaufgebaut wird. Für Personen mit Veranlagung zu atopischer Dermatitis, auch Neurodermitis genannt, sind pflegende Produkte besonders wichtig.

Allergien der Haut können eine schwere gesundheitliche, aber auch eine soziale

Belastung sein. Gute Information, Abklärung und Diagnose sowie eine individuell angepasste Therapie sind daher besonders wichtig

Diese Texte wurde dem «Samariter» von der Stiftung Allergiezentrum Schweiz aha! freundlicherweise zur Verfügung gestellt. Das Allergiezentrum Schweiz bietet praxisbezogene Hilfe mit einem breiten, mehrheitlich kostenlosen Informations-, Beratungs- und Schulungsangebot.

Umfassende Informationen über Allergien unter www.aha.ch

aha!infoline: individuelle Telefonberatung bei Fragen zu Allergien. Montag bis Freitag, 8.30 bis 12.00 Uhr, Tel. 031 359 90 50. •

Für die Blutstammzellspende

Für viele Menschen mit lebensbedrohlichen Blutkrankheiten wie Leukämie ist eine Blutstammzellspende die einzige Chance auf Heilung. Das aber wissen erst wenige Menschen. Aus diesem Grund geht der «Tag der Tat» am 16. September in die vierte Runde.



Am «Tag der Tat» engagierten sich immer zahlreiche Samariterinnen und Samariter – am 16. September geht er in die vierte Runde.

Bisher wurde der «Tag der Tat» in der Schweiz drei Mal durchgeführt. Hunderte von Freiwilligen, darunter zahlreiche Samariterinnen und Samariter, informierten die Bevölkerung schweizweit über die Blutstammzellspende. Die Wirkung war jedes Mal gross.

Die diesjährige Ausgabe vom «Tag der Tat» findet gleichzeitig mit dem «World Marrow Donor Day» am 16. September statt. Dies ist ein besonderer Tag, der Patienten mit lebensbedrohlichen Blutkrankheiten wie Leukämie und den potentiellen Blutstammzellspendern gewidmet ist. Menschen in verschiedenen Ländern auf der ganzen Welt engagieren sich dabei für die Blutstammzellspende. Wir hoffen, dass in der Schweiz auch dieses Jahr wieder viele Teilnehmer mitmachen. Denn je mehr Menschen sich gleichzeitig für dieses Thema einsetzen, desto mehr Gehör erhalten sie.

Dieses Jahr gibt es – mit einigen Neuerungen – mehrere Möglichkeiten, sich am Tag der Tat zu engagieren:

Neu: WhatsApp-Aktion

Erstmals werden wir auch die mobile Kommunikation nutzen. Dafür benötigen wir die Unterstützung von zahlreichen Freiwilligen. Diesen möchten wir am «Tag der Tat» eine WhatsApp-Nachricht zustellen, die sie dann möglichst vielen Bekannten weiterleiten und sie auffordern, die Nachricht an weitere Kontakte zu senden. Machen 400 Personen mit, die die Nachricht an je vier Kollegen weiterleiten, haben wir bereits 1600 Personen erreicht. Leiten auch diese die Botschaft weiter, erhalten Tausende unsere Botschaft: «Mit einer Registrierung als Blutstammzellspender kannst du Menschen mit Leukämie Hoffnung auf Heilung schenken.»

Kit für Aktionen vor Ort

Die Blutstammzellspende soll jedoch nicht nur virtuell präsent, sondern auch in der Öffentlichkeit sichtbar sein. Darum sind alle Personen sehr willkommen, die sich an diesem Samstag zwei bis drei Stunden Zeit nehmen, um zusammen mit Vereinskollegen oder Freunden an einem frei wählbaren Standort auf die Blutstammzellspende aufmerksam zu machen. Wir stellen dazu gerne ein Aktionskit zur Verfügung. Alternativ besteht die Möglichkeit, das Material unabhängig vom «Tag der Tat» zu nutzen, z.B. im Rahmen einer Veranstaltung wie einem Tag der offenen Tür.

Alternative Möglichkeiten

Dank verstärkter Informationen registrieren sich laufend mehr Menschen als Blutstammzellspender. Allein letztes Jahr waren es rund 25000 – so viel wie in keinem Jahr zuvor. Diese positive Entwicklung hat auch eine Schattenseite: Der finanzielle Aufwand, den es mit Spendengeldern zu decken gilt, wächst ebenfalls. Sehr wertvoll sind darum Engagements, um finanzielle Mittel zu beschaffen. Das kann ein Kuchenverkauf am «Tag der Tat» sein, ein Gratiskonzert mit einer Kollekte oder ein Lauf gegen Leukämie. Den Ideen sind (fast) keine Grenzen gesetzt – jeder Beitrag zählt.

Text und Bilder: Blutspende SRK Schweiz

Ende am «Tag der Tat»



Mitmachen

Mitmachen – Aktionskit bestellen

Ein Aktionskit, das u. a. Flyer, Plakate, Give-aways und Herz-Ballone enthält, kann ab **24. April** bis **14. Juli 2017** unter www.gemeinsam-gegen-leukaemie.ch bestellt werden. Der Versand der Pakete erfolgt Ende August.

Mitmachen – am Sponsorenlauf in Zürich

Die Studentenorganisation Marrow veranstaltet am 16. September einen Sponsorenlauf zugunsten der Blutstammzellspende. Alle weiteren Informationen finden Sie ab dem 24. April unter www.gemeinsam-gegen-leukaemie.ch.

Mitmachen – an der WhatsApp-Aktion



Ihre Mobilnummer wird ausschliesslich zum Versand der Nachrichten zum «Tag der Tat» verwendet.

Nur nichts machen ist falsch

Anlässlich der Delegiertenversammlung des Samariter-Regionalverbandes Emmental wurden alle Traktanden diskussionslos genehmigt. Elf Samariterinnen und fünf Samariter wurden mit der Henry-Dunant-Medaille geehrt.

Präsident Rolf Imhof durfte Mitte März 115 Stimmberechtigte zur ersten durch ihn geleiteten Delegiertenversammlung in der Mehrzweckhalle Hübeli in Röthenbach begrüßen. Die Samariterinnen und Samariter stimmten allen Geschäften einstimmig zu. Mit Applaus wurden Claudia Dubach vom Samariterverein Untere Emme und Liliane Siegrist vom Samariterverein Röthenbach als neue Samariterlehrerinnen aufgenommen. Monika Walter, Leiterin der Fachgruppe Regionalverbände, überbrachte die besten Grüsse vom Kantonalverband. «Vor uns steht eine Zeit mit vielen Veränderungen. Gemäss unserem Motto «Nur nichts machen ist falsch», rufe ich euch auf, euer Bestes zu geben und zwischendurch gewisse Dinge humorvoll anzugehen!»

Elf Samariterinnen und fünf Samariter durften im Anschluss die Henry-Dunant-Medaille, die höchste Auszeichnung des Schweizerischen Samariterbundes, entgegennehmen. In seiner Laudatio betonte

Hermann Grünig, Kassier des Kantonalverbandes Bernischer Samaritervereine: «Heute seid ihr Medaillenempfängerinnen und -empfänger für mich die Helden des Alltags. Ihr habt während 25 Jahren in einem Samariterverein mitgewirkt und dadurch einen Teil eurer Freizeit in die Aus- und Weiterbildung sowie für Ernstfalleinsätze eingesetzt.» Hermann Grünig wünschte sich, dass «durch offene Augen die Ehrenamtlichkeit erkannt» und dass die Freiwilligenarbeit vermehrt zum öffentlichen Thema gemacht werde.

Die bisherige Kassierin Heidi Brechbühl aus Bowil wurde mit bestem Dank für die geleistete Arbeit verabschiedet. Das Amt übernimmt neu Janik Jutzi aus Burgdorf. Ein grosses Dankeschön ging zudem an die Mitglieder des Samaritervereins Röthenbach für die wunderbare und reibungslose Organisation des Anlasses.

Bei einem genüsslichen Nachtessen und Unterhaltung durch das Echo vom Chuderhüsi klang der Abend gemütlich aus.

Text: Christine Mader. Foto: Hansjörg Mader



Im Bild: fünfzehn der sechzehn mit der Henry-Dunant-Medaille ausgezeichneten stolzen Samariterinnen und Samariter sowie Hermann Grünig und Rolf Imhof. Auf dem Bild fehlt Susanne Lehmann.

Henry-Dunant-Medaille 2017

Samariterverein Burgdorf: Rosa Schopfer. Samariterverein Hasle-Rüegsau-Oberburg: Karin Schär, Christine Kräuchi, Paul Ryser. Samariterverein Hindelbank: Susanne Lehmann, Monika Schär. Samariterverein Krauchthal: Silvia Möri. Samariterverein Linden: Veronika Wittwer. Samariterverein Oberdiessbach: Peter Wüthrich, Marianne Moser. Samariterverein Röthenbach: Vereinsarzt Lorenz Sommer. Samariterverein Signau: Werner Seiler. Samariterverein Wynigen: Silvia Schmidlin, Hans-Jürg Kohler, Beatrix Aebi. Samariterverein Zäziwil: Martha Lüthi.



8280 Kreuzlingen
Tel. ★ 071 672 70 80



Telefon 365 Tage persönlich besetzt



Im Alter zu Hause leben

Heimelig Betten möchte, dass Sie sich zuhause fühlen. Wir beraten Sie gerne und umfassend und übernehmen die erforderlichen administrativen Aufgaben mit den Kostenträgern. Heimelig Betten liefert schnell und zuverlässig, damit Sie Ihren Alltag zuhause weiterhin genießen können.

www.heimelig.ch Vermietung und Verkauf von Pflegebetten

Couponheft 2017

Jede Menge Vorteile

Schenken macht Freude und Gutscheine für attraktive und nützliche Produkte wie bequeme Schuhe, warme Unterwäsche oder Campingzubehör eignen sich dafür besonders gut. So finden Sie im neuen Couponheft 2017 des Schweizerischen Samariterbunds einen Bon für CHF 20.– Rabatt bei Sherpa Outdoor, aber auch für vergünstigte Museumseintritte oder für tolle Prozente beim Einkauf in der Apotheke oder Drogerie.

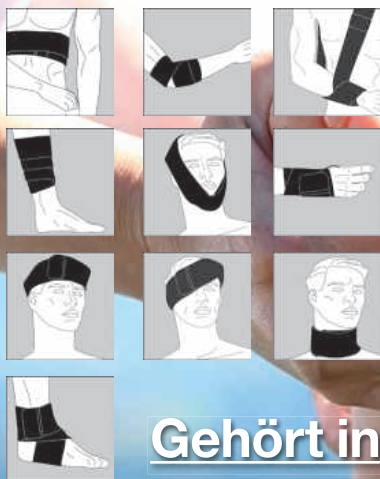
Mit den Vorteilen und Vergünstigungen, die Sie im Couponheft 2017 finden, zaubern Sie einfach, aber wirkungsvoll ein Lächeln auf die Gesichter Ihrer Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer. Zudem eignet es sich hervorragend als Give-away bei Standaktionen oder anderen Veranstaltungen, in denen Ihr Verein auf die Tätigkeiten der Samariterinnen und Samariter aufmerksam machen möchte. Und nicht zuletzt kann es auch bei einem Versand der Unterlagen für die Samaritersammlung beigelegt werden.

Sie können «Ihr Heft voller Vergünstigungen» kostenlos im Warenshop des Schweizerischen Samariterbundes bestellen. Tel. 062 286 02 86, E-Mail shop@samariter.ch oder shop.samariter.ch.

Text und Bild: SSB



Vielseitig und universell anwendbar:



Monatshit gültig bis 23.05.2017

CHF 40.–
anstelle 49.90
inkl. MwSt.

Gehört in jeden Haushalt!

Notfallbandagen für erste Hilfe - mit einer Hand (ohne fremde Hilfe) anwendbar von Kopf bis Fuss. Ein MUSS für den Notfall.

- ✓ Für Wunden und Verletzungen ✓ Als elastische Bandage
- ✓ Für Stabilisationen ✓ Für Fixationen ✓ Als Druckverband

Artikel Nr.
3230 Orange
3231 Camouflage



Weitere Informationen erhalten Sie im Shop des SBB. Tel. 062 286 02 86.

Email shop@samariter.ch oder shop.samariter.ch. Versandkostenanteil CHF 9.– für Bestellungen unter CHF 200.–



Help Schwanden

Brettspiel statt Touchscreen

Zum Angebot der Samaritervereine gehört die Betreuung von älteren Menschen. Auf diesem Gebiet können auch Help-Gruppen Verantwortung übernehmen und sich einbringen. In Schwanden besuchen die Helpis jeweils im November die Bewohner des Altersheims. Sie bringen selbstgebackene Kuchen und Süssigkeiten mit. An diesem Nachmittag kann gespielt, gelacht und der Alltag vergessen werden.



Wer hat wohl zuerst alle Kegel im Ziel? Ester und Kim spielen mit zwei Bewohnerinnen das bekannte Brettspiel «Eile mit Weile».



Gian spielt «Tschau Sepp!» Dabei ist höchste Konzentration gefordert. Eine gute Möglichkeit für Jung und Alt, die Hirnzellen zu trainieren!

Die Help-Gruppe der Samariterjugend in Schwanden wurde vor 25 Jahren gegründet. Schon zu dieser Zeit hatte die damalige Leiterin der Gruppe, Gerda Dürst, die Idee, dass sich die Mitglieder für die Betreuung von Senioren engagieren. Ihre Vision, einen Spielenachmittag im Schwerbehinderten- und Altersheim zu organisieren, hat sie sofort in die Tat umgesetzt. Die Kinder und Jugendlichen treffen sich seither zu diesem Zweck immer im November mit den Bewohnern. Heute organisiert die Jugendleiterin Regina Roth diesen Anlass.

Abwechslung vom Alltag

Die Würfel rollen über den Tisch, die Kegel wandern übers Brett, und manchmal auch wieder zurück an den Start. «Eile mit Weile» ist wohl das bekannteste Brettspiel und wird von den Senioren gerne gespielt. Es erinnert an «die gute alte Zeit». Lustig ist auch das «Leiterlspiel» mit seinen vielen Auf und Abs. Bei «Memory» oder «Mühle» kann man gut die Hirnzellen trainieren. Auch für das leibliche Wohl ist an diesem Nachmittag gesorgt. Die Helpis haben im Vorfeld Kuchen und Süssigkeiten gebacken und für diesen Nachmittag mitgenommen. Für Kaffee, Tee und andere Getränke sorgt die Crew des Altersheims. Nicht alle Menschen im Altersheim spielen gerne. Manche haben auch einfach nicht mehr die notwendige Energie. Gerne gesellen sie sich bei diesem Anlass zu den Spielenden und schauen einfach zu. Andere wiederum sitzen etwas abseits und geniessen ein Stück Kuchen oder eine der anderen mitgebrachten Süssigkeiten und freuen sich über die fröhliche Stimmung und die Abwechslung vom Alltag. Der Kontakt zu und der Umgang mit den Altersheim-

bewohnern und Schwerbehinderten ist für die Helpis sehr wertvoll. Zu erleben, wie man trotz grösserer und kleinerer Beeinträchtigungen glücklich und zufrieden leben kann, ist schon etwas Besonderes!

Traditionelle Spiele als Gegengewicht zum Smartphone

Bis vor einem Jahr lebten die Schwerbehinderten mit den Senioren im selben Gebäude. Im Laufe des letzten Jahres wurde der Neubau auf dem Mühleareal fertiggestellt und sie konnten in die neu- und umgebauten Häuser einziehen. Die Mitglieder der Samariterjugend haben vor dem Umzug das Projekt Basteln initiiert, um den Kontakt weiterhin zu pflegen. Leider musste dieses nach einiger Zeit fallen gelassen werden, weil der Aufwand und die Belastung zu gross waren. Der Umgang mit Schwerbehinderten ist zwar für die Weiterentwicklung jedes Menschen sehr wertvoll. Er erfordert aber auch ein grosses Mass an Fingerspitzengefühl, Geduld und Zeit. Kinder und Jugendliche können hier oft an ihre Grenzen stossen. Den Spielenachmittag im Altersheim wird es aber weiterhin geben. Gerade in der heutigen Zeit, wo immer mehr mit Smartphone und Tablet gespielt wird, schätzen die Kinder und Jugendlichen die traditionelle Art zu spielen umso mehr. Sich auf einem Brett in «Eile mit Weile» zu üben ist genauso spannend, wie in Windeseile mit den Fingern über den Touchscreen zu flitzen. Exotischer ist es obendrein. Traditionelle Spiele sind deshalb auch immer Teil der regelmässigen Help-Übungen.

Text: SSB; Fotos: Regina Roth, Help Schwanden

Schwimmsaison 2017

Wasserkompetenz schützt vor Badeunfällen

Mit den Baderegeln der Schweizerischen Lebensrettungs-Gesellschaft können achtzig Prozent der möglichen Unfallhergänge bei Sport und Vergnügen im nassen Element vermieden werden.

Anfang Mai beginnt in der Schweiz die Schwimmsaison 2017. Freibäder öffnen ihre Tore und auf den Seen und Flüssen tummeln sich wieder Schwimmlustige und Sonnenhungrige. Doch bevor der Freizeitspass losgehen kann, legt die Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft SLRG jeder und jedem ans Herz, sich mit den 4x6 Präventionsregeln für das Baden und Tauchen auseinanderzusetzen.

Die einfachen und einprägsamen Verhaltensregeln richten sich an alle Personen, die sich am, im und auf dem Wasser aufhalten. Ziel der Regeln ist es, Wasserbegeisterte für den richtigen Umgang mit dem nassen Element zu sensibilisieren. Im Zentrum stehen die sechs Baderegeln der SLRG, welche durch Fluss-, Eis- und Tauchregeln ergänzt werden. Mit den Baderegeln können achtzig Prozent der möglichen Unfallhergänge vermieden werden. Alle Verhaltenstipps sind auf der Website der SLRG publiziert und werden laufend aktualisiert und den neusten Erkenntnissen im Bereich Wassersicherheit angepasst.

Wassersicherheit für ausländische Staatsangehörige

In ihrer Präventionsarbeit ist die SLRG stets bemüht, auch auf aktuelle Situationen zu reagieren. So wurde 2015 eine erhöhte Anzahl von Ertrinkenden registriert, die in der Schweiz Asylbewerberstatus hatten. Aus diesem Grund liess die SLRG zusammen mit der Abteilung Transkulturelle Kompetenz des Schweizerischen Roten Kreuzes die Bade- und Flussregeln nebst Deutsch, Französisch und

Italienisch in weitere Sprachen übersetzen. Die Übersetzungen sollen den Migrantinnen und Migranten helfen, die Piktogramme der Bade- bzw. Flussregeln zu verstehen und auf den Tafeln an den Badeplätzen wiederzuerkennen.

Die übersetzten Regeln werden den Asylzentren zur Verfügung gestellt und stehen auf der Website der SLRG als Download in den Sprachen Arabisch, Englisch, Portugiesisch, Serbokroatisch, Somalisch, Tamilisch, Tigrinya und Farsi zur Verfügung.

Präventionskampagne «Das Wasser und ich»

Seit über zehn Jahren läuft zudem die Präventionskampagne «Das Wasser und ich» der SLRG, die sich an Kinder, Eltern und weitere Betreuungspersonen richtet. Die meisten Wasser- und Badeunfälle bei Kindern sind auf eine unzureichende Aufsicht durch die betreuenden Erwachsenen zurückzuführen. Eltern unterschätzen häufig die mit dem Wasser verbundenen Risiken oder sind sich dieser einfach nicht bewusst. Sie verlassen sich auch oft auf die Nutzung von Schwimmhilfen und Spielzeugen (Schwimmflügel, Bojen etc.), die ein falsches Sicherheitsgefühl vermitteln.

Bei der Kampagne «Das Wasser und ich» begeben sich speziell ausgebildete Rettungsschwimmerinnen und -schwimmer für einen Besuch von zirka drei Stunden in die Kindergärten. Bei diesem Besuch werden die Kinder ähnlich wie beim Training für mehr Sicherheit im Strassenverkehr mit den 10 Wasserbotschaften vertraut gemacht und

erlernen auf diese Weise das richtige Verhalten im und am Wasser. Am Ende des Besuchs werden den Kindern Unterlagen überreicht, die dazu dienen, auch ihre Betreuer für die mit dem Wasser verbundenen Gefahren zu sensibilisieren und die Präventivbotschaften der Kampagne weiterzuverbreiten.

Lesen Sie mehr zum Thema Unfälle im Wasser und Erste Hilfe nach einem Ertrinkungsunfall im «Samariter» N° 4/ 2016.

**Text: SLRG,
Foto:
Shutterstock** •



Damit nichts den Badespass trübt, gibt es Baderegeln für den sicheren Umgang mit dem Wasser.

Kolumne

Eine Investition in die Zukunft

Bei ihrer Entdeckungsreise durch das neue Kursangebot des SSB haben viele Kursleiterinnen und Kursleiter schnell realisiert, dass sie dafür einiges an Zeit investieren müssen.

Diese Vorstellung dürfte mitunter ähnlich attraktiv sein wie ein Zahnarztbesuch ...

Uns ist auch bewusst, dass Sie dafür Freizeit investieren – Zeit, die selten genug und darum umso kostbarer ist.

Was also bringt Sie dazu, trotzdem die Zähne zusammenzubissen und sich dieser Aufgabe anzunehmen? Es ist Ihr individuelles Verantwortungsbewusstsein, Ihre Beharrlichkeit und Ihre Freude, vor einer Klasse zu stehen und zu unterrichten.

Diese Investition erlaubt es Ihnen, auch zukünftig das umzusetzen, was Sie am besten können: Kurse erteilen, anderen Menschen Ihr Wissen weitergeben und sie so inspirieren.

Und ja: Unsere Samariterbewegung ist darauf angewiesen, dass die Kursleiterinnen und Kursleiter über ein seriöses und modernes Image verfügen, denn nur so können wir unsere heutige Position als der grösste Anbieter von Erste-Hilfe-Kursen in diesem Land bewahren.

Mit diesen wenigen Worten möchte ich Ihnen deshalb meinen tief empfundenen Respekt für all das aussprechen, was Sie bisher erreicht haben, und Ihnen für Ihre Geduld und für Ihre Beharrlichkeit danken.



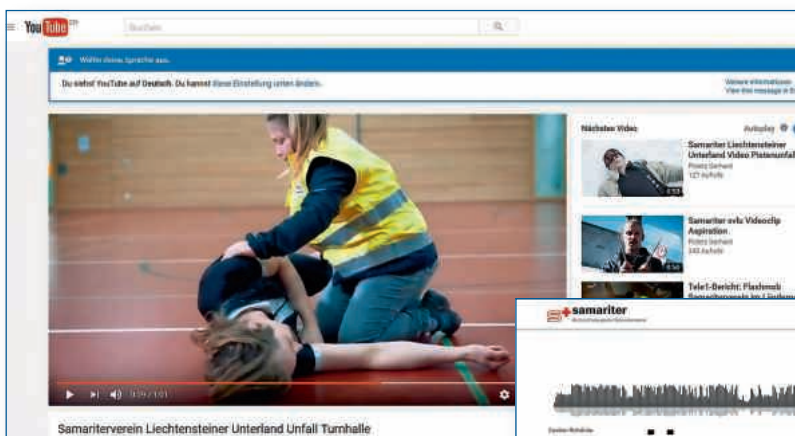
«Das chunt guet!»

Dagmar Baettig,
Mitglied des
SSB-Zentral-
vorstands

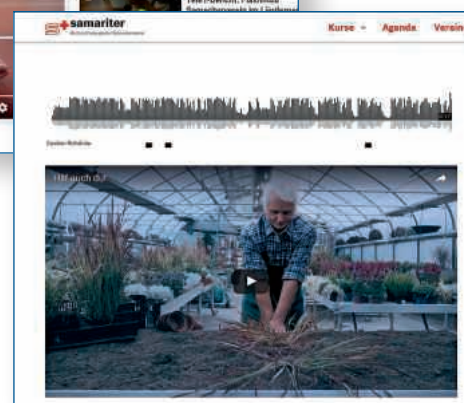
Werbemittel für Samaritervereine

Nur keine Werbung ist falsch

Ob es ein Kurzfilm auf Youtube, ein Radiospot oder ein Flashmob in einem Shoppingcenter ist: Mit jeder Werbeaktion kann sich Ihr Samariterverein in der Wahrnehmung der Bevölkerung verankern und so neue Mitglieder oder mehr Kursteilnehmende gewinnen.



Die Tätigkeiten und Dienstleistungen der Samaritervereine sind wichtig für die Gesellschaft. Doch sie müssen von der Bevölkerung auch wahrgenommen werden. Eine einfache Möglichkeit für Werbung mit grosser Wirkung sind Kurzfilme (oben) oder Radiospots (rechts).



Öffentlichkeitsarbeit etwa für die Bewerbung der eigenen Dienstleistungen oder zur Mitgliederrekutierung sind ein stets wiederkehrendes Thema für die Samaritervereine. Dies umso mehr in einem Umfeld, in dem neben klassischen Werbemitteln wie Zeitungsinseraten oder einem Informationsstand zunehmend auch die sozialen Netzwerke eine grosse Rolle spielen – und über die nicht nur junge Menschen erreicht werden können. Hinzu kommt, dass dank hochwertigen, aber günstigen Digitalkameras sowie einfachen Schnittprogrammen heute auch Privatpersonen beispielsweise gute Filme drehen können.

Dankbares Thema

Ideen finden sich zuhauf, und der Themenbereich Erste Hilfe bietet eine Fülle an Möglichkeiten für spannungsgeladene Szenen oder inspirierende Momente. Ähnlich wie in der Ersten Hilfe gilt: Nur keine Werbung ist falsch. Auf dieser Seite finden Sie zwei Beispiele, wie man die Werbung für neue Mitglieder oder für ein Kursangebot angehen könnte.

So hat der Samariterverein Liechtensteiner Unterland drei kurze Spots gedreht, in denen drei Notfallszenarien auf humorvolle Weise dargestellt werden. Sie finden die Kurzfilme auf Youtube mit dem Stichwort «Samariter svlu Videoclip». Der Kantonal Freiburger Samariterverband hat sich seinerseits für Radiowerbung entschieden. Die verschiedenen Beiträge sind auf der deutschen und französischen Seite des Verbands unter Medien aufgeschaltet.

Beratung durch den SSB

Wenn Ihr Verein selbst mit dem Gedanken spielt, verschiedene Werbemittel einzusetzen, finden Sie weiterführende Informationen im Extranet unter dem Menüpunkt Marketing. Gerne steht Ihnen der Bereich Marketing und Kommunikation auch beratend zur Seite. Bitte wenden Sie sich dafür an marketing@samariter.ch.

Text und Bilder: SSB

Vreni Reh, Samariterlehrerin, ehemalige Instruktorin und Buchautorin

Die vielen kleinen Dinge

Sich nach jahrzehntelangem Einsatz von Ämtern und Funktionen zu lösen, ist nicht immer leicht. Vreni Reh, die 35 Jahre lang als Samariterlehrerin im Verein Illnau-Effretikon tätig war, hat dafür eine gute Methode gefunden.

Text und Bild: Sonja Wenger

Die Dame, die mir in einem adretten Wohnblock im alten Dorfkern der Zürcher Gemeinde Effretikon die Türe öffnet, sprüht geradezu vor Energie. Ob ich Kaffee, Tee oder Wasser möchte, einen Snack oder von den süssen Leckereien auf dem Tisch, fragt mich Vreni Reh. Schnell ist der Gast versorgt, haben wir uns im gemütlichen Wohnzimmer eingerichtet. Und sprechen über eine Samariterkarriere, die über 45 Jahre umspannt.

Der Auslöser für meinen Besuch ist ein Buch, das Vreni Reh letztes Jahr geschrieben und veröffentlicht hat. «Samariterin – vom Hobby zum Beruf» lautet der Titel. Erschienen ist es bei Edition Unik, einem Deutschschweizer Kulturprojekt, bei dem Menschen ihre Erinnerungen und Geschichten aus dem Leben niederschreiben und veröffentlichen können.

Für Vreni Reh, die letzten Herbst 73 Jahre alt wurde, sei dieses Buchprojekt eine Möglichkeit gewesen, einige ihrer vielen Ämter und Funktionen niederzulegen, ohne dabei in ein «psychologisches Loch» zu fallen. Einige Monate zuvor war sie nach 22 Jahren als Präsidentin des Samaritervereins Illnau-Effretikon zurückgetreten und hatte gleichzeitig ihre Funktion als kantonale Samariterinstruktorin abgegeben. «Die Tätigkeit als Samariterin und die Arbeit im Verein und Verband hat mein Leben jahrzehntelang dominiert», sagt Reh im Gespräch mit dem «Samariter». Da müsse man gut überlegen, wie man das loslässt. «Meine Erinnerungen noch einmal Revue passieren zu lassen, hat mir dabei sehr geholfen.»

Kein Stillstand nach Rücktritt

Zwei Dinge fallen einem auf, wenn man Vreni Reh zuhört: dass sie über einen gesunden, bodenständigen Optimismus verfügt, der sie durch viele Einsätze und Herausforderungen getragen hat. Und dass sie sich mit ungebrochener Neugierde dafür interessiert, wie man Menschen etwas Neues beibringen und sie begeistern kann.

Diese Aspekte sind dann auch wichtige Elemente in ihrem Buch. In einem kleinen Kaleidoskop zeigt Reh, wie sich die Tätigkeiten und Einsatzgebiete, aber auch die Lehrmethoden und Lehrmittel der Samariterinnen und Samariter seit den siebziger Jahren verändert haben. Stets untermalt mit unterhaltsamen Geschichten, persönlichen Einsichten und vielen kleinen Anekdoten.

«Ich habe einfach frei von der Leber weg geschrieben», sagt Reh, denn «es sollte ein ganz persönliches Buch werden.» Deshalb habe sie den Text auch nicht überarbeiten lassen, wie es sonst üblich sei, sagt sie lachend. Mal abgesehen davon, dass ihr dazu schlicht die Zeit fehlte, denn alleine im November habe sie 53 Stunden unterrichtet: in Firmenkursen und in Berufsschulen, für Bevölkerungskurse und innerhalb des Vereins.



Vreni Reh hat in der Samaritertätigkeit viel Erfüllung gefunden und noch mehr Erfahrungen gemacht. Diese gibt es nun als Buch zu lesen.

Stillstand und gemütliches Rentnerdasein ist also weiterhin nicht das Ding von Vreni Reh. Allerdings zwingt sie nun eine Schulterverletzung dazu, schneller kürzerzutreten, als sie ursprünglich geplant hatte. Das fuchst sie, denn noch immer ist das Unterrichten ihre grosse Leidenschaft. So gebe sie seit einigen

Jahren sehr beliebte und speziell zusammengestellte Kurse für ältere Menschen, in denen sie das Tempo drossle und Themen bringe wie etwa den Umgang mit Alterskrankheiten.

Umfassende Neuerungen

Wenn jemand nach langer Zeit in einem Amt zurücktritt, ergibt sich zwangsläufig die Frage nach einer Bilanz. Tatsächlich sind für Vreni Reh die Änderungen, die derzeit im Samariterwesen auf verschiedenen Ebenen passieren, mit ein Grund, bald aufzuhören. «Ich war für Neuerungen immer Feuer und Flamme, doch die Anpassungen jetzt sind so umfassend, dass es wohl mehrere Jahre braucht, bis alles etabliert ist, und dann müsste ich aus Altersgründen ohnehin aufhören.»

Die Änderungen sieht sie allerdings als notwendige Schritte, damit Vereine auch zukünftig Kurse in Erster Hilfe geben können. Doch erstmals seien bei den Umstellungen nicht nur die Kader betroffen, die sich gleichzeitig an ein digitales Lehrmittel und eine neue Unterrichtsphilosophie gewöhnen müssten. Auch die Vereine müssten umdenken, etwa bei der Kurserfassung online oder bei der Umsetzung der Sanitätsdienste. «Es sind ja nicht die grossen Dinge, die Unruhe bringen, das pendelt sich immer irgendwann ein. Es sind die vielen kleinen Sachen.» Es sei deshalb gut möglich, dass sich die Zusammensetzung der Vereine in den nächsten Jahren etwas verändern werde. «Doch auch das gehört zum Leben.»

Sie selber möchte aber die Zeit, die sie in der Freiwilligenarbeit nicht nur für den Samariterverein und den Verband, sondern auch im Zivilschutz und bei der Feuerwehr eingesetzt hat, nicht missen. «Die Arbeit hat mir immer Spass gemacht. Dank der vielen Ausbildungen konnte ich mich ausserdem stets weiterentwickeln und habe dabei Dinge erlebt, die als Hausfrau und Mutter sonst so nicht möglich gewesen wären.»

Für die Bestellung eines Buches «Samariterin – vom Hobby zum Beruf» (auf Deutsch) wenden Sie sich bitte direkt an die Autorin unter: reh.vreni@bluewin.ch.

Meldungen an: «samariter», Postfach, 4601 Olten, Telefon 062 286 02 67, Fax 062 286 02 02, E-Mail: redaktion@samariter.ch

Datum	Verband	Kontaktperson	Telefon	E-Mail
Aufschulung Niveau III				
08.07.2017	Samariterverband Thurgau	Dunja Tanner	071 620 10 22	sekretariat@samariter-thurgau.ch
09.07.2017	Samariterverband Thurgau	Dunja Tanner	071 620 10 22	sekretariat@samariter-thurgau.ch
Aufschulung Niveau III, Teil 1				
10.06.2017	Kantonalverband Bernischer Samaritervereine	Suzanne Röthlisberger	034 497 27 78	suzanne.roethlisberger@gmx.ch
21.10.2017	Kantonalverband Bernischer Samaritervereine	Therese Bähler	079 415 24 86	st.d.baehler.speck@bluewin.ch
Aufschulung Niveau III, Teil 2				
11.06.2017	Kantonalverband Bernischer Samaritervereine	Suzanne Röthlisberger	034 497 27 78	suzanne.roethlisberger@gmx.ch
22.10.2017	Kantonalverband Bernischer Samaritervereine	Therese Bähler	079 415 24 86	t.d.baehler.speck@bluewin.ch
Grundlagen Sanitätsdienst				
09.09.2017	Samariterverband Thurgau	Dunja Tanner	071 620 10 22	sekretariat@samariter-thurgau.ch
09.09.2017	Kantonalverband Bernischer Samaritervereine	Therese Bähler	079 415 24 86	t.d.baehler.speck@bluewin.ch
21.10.2017	Kantonalverband Bernischer Samaritervereine	Suzanne Röthlisberger	034 497 27 78	suzanne.roethlisberger@gmx.ch
04.11.2017	Kantonalverband Bernischer Samaritervereine	Suzanne Röthlisberger	034 497 27 78	suzanne.roethlisberger@gmx.ch
04.11.2017	Kantonalverband Bernischer Samaritervereine	Monika Spring	077 416 02 04	info@samariter-seeland.ch
19.11.2017	Kantonalverband Bündner Samaritervereine	Monica Thöny	079 381 29 26	monica.thoeny@kvbs.ch
Kantonale (Obligatorische) Vereinskader-Weiterbildung				
29.04.2017	Kantonalverband Aargauischer Samaritervereine	Barbara Steuri-Beutler	079 226 09 70	barbara.steuri@kvas.ch
04.11.2017	Samariterverband Uri	Vreny Walker-Kieliger	079 157 45 55	info@samariter-uri.ch
Obligatorische Vereinskader-Weiterbildung				
22.04.2017	Kantonalverband Bernischer Samaritervereine	Therese Bähler	079 415 24 86	t.d.baehler.speck@bluewin.ch
23.04.2017	Kantonalverband Bernischer Samaritervereine	Therese Bähler	079 415 24 86	t.d.baehler.speck@bluewin.ch
29.04.2017	Kantonalverband Bernischer Samaritervereine	Toni Jurt	079 425 95 05	info@samariter-seeland.ch
07.05.2017	Kantonalverband Bündner Samaritervereine	Monica Thöny	079 381 29 26	monica.thoeny@kvbs.ch
13.05.2017	Samariterverband Glarnerland	Vreni Kubli	055 640 15 63	vrenikubli@gmx.ch
13.05.2017	Samariterverband Thurgau	Dunja Tanner	071 620 10 22	sekretariat@samariter-thurgau.ch
13.05.2017	Kantonalverband Bernischer Samaritervereine	Suzanne Röthlisberger	034 497 27 78	suzanne.roethlisberger@gmx.ch
13.05.2017	Kantonalverband Bernischer Samaritervereine	Barbara Ammann	079 278 51 55	ambaro@gmx.ch
20.05.2017	Kantonalverband Aargauischer Samaritervereine	Barbara Steuri-Beutler	079 226 09 70	barbara.steuri@kvas.ch
10.06.2017	Kantonalverband Luzerner Samaritervereine	Urs Bischof	079 429 22 77	u.bischof@samariter-luzern.ch
17.06.2017	Samariterverband Thurgau	Dunja Tanner	071 620 10 22	sekretariat@samariter-thurgau.ch
26.08.2017	Samariterverband des Kantons Schwyz	Alexandra Reichmuth	055 412 79 43	info@samariter-schwyz.ch
21.10.2017	Samariterverband Unterwalden	Iris Zurkirch	041 612 19 07	info@samariter-unterwalden.ch
04.11.2017	Samariterverband des Kantons Zug	Susi Müller	079 897 55 00	smueller@samariter-zug.ch
04.11.2017	Kantonalverband Luzerner Samaritervereine	Urs Bischof	079 429 22 77	u.bischof@samariter-luzern.ch
Stufe II Repe				
02.09.2017	Samariterverband Thurgau	Dunja Tanner	071 620 10 22	sekretariat@samariter-thurgau.ch
Stufe III Repe				
27.10.2017	Samariterverband Thurgau	Dunja Tanner	071 620 10 22	sekretariat@samariter-thurgau.ch
10.11.2017	Samariterverband Thurgau	Dunja Tanner	071 620 10 22	sekretariat@samariter-thurgau.ch
11.11.2017	Samariterverband Thurgau	Dunja Tanner	071 620 10 22	sekretariat@samariter-thurgau.ch

Nächster Redaktionsschluss:
Donnerstag, 11. Mai 2017, 9.00 Uhr

«samariter» 05/2017 erscheint am
Mittwoch, 24. Mai

«samariter» 06-07/2017 erscheint am
Mittwoch, 28. Juni

**Adresse: Redaktion, «samariter»,
Postfach, 4601 Olten
Telefon 062 286 02 67
Telefax 062 286 02 02
E-Mail redaktion@samariter.ch**



AARGAU

Aargau West Monatsübung, Dienstag, 2.5.2017,
19.30 Uhr, Vereinslokal Buchs

Bremgarten AG Monatsübung, Dienstag,
2.5.2017, 20.00, UG Turnhalle Isenlauf, Atmung,
Verlegung der Atemwege sowie die entsprechen-
den Hilfsmittel sind das Thema.

Brittnau Monatsübung, Montag, 8.5.2017,
20.00 Uhr, Lokal; **Blutspenden**, Montag,
22.5.2017, ab 16.30 Uhr, Kirchgemeindehaus
Brittnau; **Übung**, Montag, 12.6.2017, Regional-
übung in Brittnau

Dottikon Monatsübung, Freitag, 5.5.2017,
11.40, Bahnhof Dottikon

Entfelden Monatsübung, Mittwoch, 26.4.2017,
20.00, Vereinslokal Pappelweg 32, Oberentfel-
den. Wenn alles Dunkel ist. Betroffene vom
Blinden- und Sehbehindertenverband erzählen
uns, wie wir sie am besten unterstützen können.

Hausen AG Monatsübung, Dienstag, 9.5.2017,
20.00, Theorielokal Mehrzweckhalle, Fall-
beispiele

Lenzburg und Umgebung Monatsübung,
Dienstag, 2.5.2017, 19.30, Vereinslokal
Alterszentrum Lenzburg, Hand aufs Herz

Muri u. Umgebung Monatsübung, Dienstag,
2.5.2017, 20.00–22.00, Schulhaus Badweierher
Muri AG

Rohrdorf und Umgebung Monatsübung,
Dienstag, 16.5.2017, 20.15, Aula Schulhaus
Mägenwil; **Blutspenden**, Montag, 29.5.2017,
16.00 Uhr, Zentrum Guthirt, Niederrohrdorf,
Helfer ab 15.45 Uhr, Teileinsätze möglich,
Meldungen an J. Egloff 056 496 23 59

Safenwil Monatsübung, Montag, 15.5.2017,
19.30 Uhr, Regionalübung ROSA in Oftringen.
Wir treffen uns um 18.50 Uhr auf dem Parkplatz
beim Feuerwehrlokal und fahren gemeinsam
nach Oftringen.

Schöftland Monatsübung, Montag, 8.5.2017,
20.00–22.00 Uhr, Feuerwehrlokal, Breitweg 4;
Übung, Montag, 22.5.2017, 20.00–22.00 Uhr

Vordemwald Monatsübung, Mittwoch,
3.5.2017, 20.00 Uhr, Mehrzweckgebäude
Vordemwald

BASEL

Biel-Benken Delegiertenversammlung, Samstag,
22.4.2017, 14.00 Uhr, Liestal; **Sanitätsdienst**,
Samstag, 22.4.2017, 10.00–18.00 Uhr, Biel-Ben-
ken, Faustballturnier (Sportclub); **Suchhunde
und Samariter im Einsatz**, Samstag, 6.5.2017,
14.00–17.00 Uhr, Hofstetten, gemäss separater
Einladung; **Blutspenden**, Montag, 15.5.2017,
17.00–19.30 Uhr, Schulhaus Biel-Benken;
Monatsübung, Samstag, 20.5.2017, 14.00–
17.00 Uhr, Reckingen, Wallis. Wir verbringen
ein ganzes Wochenende bei unserem Patenverein
Biel/VS und am Samstagnachmittag ist eine
gemeinsame Übung organisiert.

Reinach BL Blutspenden, Mittwoch, 26.4.2017,
16.30–19.30, Weiermatthalle Reinach;
Monatsübung, Donnerstag, 27.4.2017, 19.30,
BSA Egerten, Egertenstrasse, 4153 Reinach,
Thema: Grundkurs Sanitätsdienst 4. Teil;
Monatsübung, Donnerstag, 18.5.2017, 19.30,
BSA Egerten, Egertenstrasse, 4153 Reinach,
Thema: BLS/AED-Repetition; **Monatsübung**,
Donnerstag, 22.6.2017, 19.30, BSA Egerten,
Egertenstrasse, 4153 Reinach, Thema: Fall-
beispiele im Freien

Riehen Monatsübung, Montag, 24.4.2017,
19.45 Uhr, Vogelsangschulhaus Basel. Zum
Thema Sanitätsdienst zu Gast beim SV Klein-
basel; **Blutspenden**, Dienstag, 25.4.2017, 17.00
bis 20.00 Uhr, Lüscherisaal, Haus der Vereine,
Baselstrasse 43, Riehen; **Monatsübung**, Dienstag,
9.5.2017, 20.00 Uhr, Haus der Vereine, Basel-
strasse 43, Riehen, «Verwickelt»

BERN

Aare-Jurasüdfuss Monatsübung, Dienstag,
9.5.2017, 19.30, Spittel Wiedlisbach,
D (Disability)

Affoltern I. E. Monatsübung, Freitag, 19.5.2017,
Hasle-Rüegsau/Oberburg, Feldübung mit dem
Feldübungskreis Sumiswald

Bannwil Monatsübung, Dienstag, 9.5.2017,
19.30, Samariterlokal, BLS-AED-SRC Komplett
+ Refresher (zweites Datum: Mittwoch, 10. Mai)

Bolligen Monatsübung, Montag, 1.5.2017,
19.30, Samariterzimmer Oberstufenzentrum
Eisengasse, Krampfanfälle: Ursache – Aus-
wirkung

Boltigen Feldübung, Freitag, 5.5.2017,
19.30 Uhr, Boltigen, Grossereignis mit Polizei,
Feuerwehr, Ambulanz und San Hist, Besamm-
lung 19.30 Garstatt, Viehschauplatz. Anschlies-
sendes Essen in der MZH Reidenbach;
Freundschafts-Bräteln, Montag, 22.5.2017,
20.00 Uhr, Därstetten, Bräteln mit
SV Boltigen, Därstetten und Oberwil

Bözingen-Mett Maibummel, Dienstag,
16.5.2017, Infos folgen

Buchsibärge Vereinsreise, Samstag, 6.5.2017,
8.00 Uhr, Treffpunkt Schulhaus, Reise ins
Fricktal. Wir freuen uns sehr auf eure Teilnahme.
Die genauen Angaben folgen mit pers. Einladung.

Bühl-Walperswil Übung, Dienstag, 16.5.2017,
18.30, Walperswil

Bümpliz-Riedbach Übung, Donnerstag,
27.4.2017, 19.00 Uhr. Unsere Organe, Organ-
spende

Büren an der Aare Feldübung in Pieterlen,
Montag, 1.5.2017; **Übung**, Montag, 1.5.2017,
20.00 Uhr, KGH; **Feldübung in Orpund**, Freitag,
19.5.2017, Infos folgen

Burgdorf Monatsübung, Dienstag, 25.4.2017,
20.00–22.00 Uhr, Pestalozzi-Schulhaus;
Help, Donnerstag, 27.4.2017, 18.30–20.00 Uhr,
SAZ; **Spiel-Nachmittag**, Mittwoch, 3.5.2017,
13.00–17.00 Uhr, Kirchliches Zentrum Neumatt,
Wer helfen kann, sich bitte bei Regula melden;
Feldübung in Wynigen, Freitag, 19.5.2017,
Wynigen Zivilschutz-Anlage, zählt für Erwachse-
ne wie Help. Einzelheiten folgen. Ist mit
Anmeldung.

Diemtigal Feldübung, Freitag, 5.5.2017,
20.00 Uhr, 3766 Boltigen. Zusammen mit
SV Simmental und Saanenland. Genauere
Angaben zum Ort folgen im Übungs-SMS.

Dürrenroth *Erweiterte Patientenbeurteilung*, Montag, 24.4.2017, 20.00, Vereinslokal;
Feldübung, Freitag, 19.5.2017, Abfahrt nach Ansage, Hasle-Rüegsau-Oberburg

Ferenbalm u. Umgebung *Maibummel*, Dienstag, 9.5.2017, Beginn und Treffpunkt werden noch bekanntgegeben; **Feldübungen in Laupen**, Freitag, 19.5.2017, Zeit nach Absprache, genauer Treffpunkt wird noch bekanntgegeben. Die Samaritervereine Laupen, Mühleberg und Ferenbalm führen ihre jährliche gemeinsame Übung durch.

Gottstatt *Übung*, Mittwoch, 26.4.2017, 19.30 Uhr, Samariter-Lokal ZS, Safnern, Bahn frei!!; **Feldübung**, Freitag, 19.5.2017, 18.30, Pfadiheim Orpund, Besammlung 18.30 im Pfadiheim, Byfangstrasse 44, 2552 Orpund

Grosshöchstetten *Maibummel*, Dienstag, 2.5.2017, 20.00, Konolfingen

Herzogenbuchsee u. Umgebung *Monatsübung*, Donnerstag, 11.5.2017, 20.00 Uhr, San. Hist. Mittelholz, Herzogenbuchsee, Thema: Postendienst mit SV BuBä

Kallnach-Niederried *Vortrag Krebsliga*, Montag, 8.5.2017, 20.00 Uhr, Übungslokal

Kehrsatz *Monatsübung*, Montag, 24.4.2017, 20.00 Uhr, Singsaal, Dorfschulhaus Kehrsatz, Postenlauf: Alles über die Hitze, Dehydration, Angina pectoris; **Sanitätsdienst**, Samstag, 29.4.2017, 11.00–17.00 Uhr, Areal Selhofen, Einteilung folgt; **Monatsübung**, Montag, 22.5.2017, 20.00 Uhr, Feuerwehrmagazin, Hals- und Beinbruch: Fixationen, Halskragen, Schaufelbahre, Vakuummatratze

Konolfingen und Umgebung *Monatsübung*, Dienstag, 2.5.2017, 19.45 Uhr, Mehrzweckplatz Konolfingen; **Blutspenden**, Mittwoch, 31.5.2017, nach separatem Einsatzplan, Schulhaus Kirchbühl, Konolfingen

Laupen *Übung*, Samstag, 29.4.2017, Übung mit der Feuerwehr Regio Laupen. Details gemäss separater Einladung; **Übung**, Freitag, 19.5.2017, 19.15 Uhr, Laupen, Schulhaus, Feldübung. Details gemäss separater Einladung

Linden *Monatsübung*, Montag, 1.5.2017, 20.00, KGH, Samariterkurs; **Maibummel**, Freitag, 5.5.2017

Madiswil *Monatsübung*, Donnerstag, 11.5.2017, Schock, Bergen, Herz, Notfall

Mühleberg *Monatsübung*, Freitag, 19.5.2017, 19.00 Uhr, Laupen. Wetterentsprechende Kleidung!

Niederscherli u. Umgebung *Monatsübung*, Montag, 8.5.2017, 20.00 Uhr, Kirchgemeindehaus Niederscherli, Grundlagen Sanitätsdienst, Baustein 2, Teil 2, Baustein 3, Teil 1

Oberdiessbach *Monatsübung*, Mittwoch, 3.5.2017, Kirchgemeindehaus, Sauerstoff BD

Ostermundigen *Monatsübung*, Mittwoch, 3.5.2017, 19.45, Vereinslokal WDZ, Forelstrasse 56, Ostermundigen, Schaufelbahre/Rettungsbrett

Schüpfen *Feldübung*, Freitag, 5.5.2017, 19.00, Rapperswil; **Blutspenden**, Mittwoch, 17.5.2017, 17.30, Kirchgemeindehaus Hofmatt

Signau *Monatsübung*, Montag, 24.4.2017, 20.00, 3534 Signau, Zivilschutzanlage, Ersthelfer Stufe I IVR, Teil 3; **Übung**, Freitag, 19.5.2017, 19.00, Trub, Feldübung. Nähere Informationen werden separat mitgeteilt!

Spiez *Monatsübung zum Thema «Usäputzetä»*, Mittwoch, 26.4.2017, 20.00–22.00, Schulanlage Räumli Spiez; *Monatsübung zum Thema «Wie funktioniert Spitex»*, Dienstag, 16.5.2017, 20.00–22.00, Schulanlage Räumli Spiez; **Kandertalübung**, Freitag, 9.6.2017, Reichenbach. Genaue Angaben folgen!

Sumiswald *Übung*, Dienstag, 25.4.2017, 20.00, Übungslokal, Heimisbach; **Feldübung**, Hasle-Rüegsau-Oberburg, Freitag, 19.5.2017, 19.00, Mehrzweckhalle Hasle, Treffpunkt für gemeinsames Fahren 18.30 Dorfplatz Sumiswald

Untere Emme *Monatsübung*, Montag, 24.4.2017, 19.30, SAB Bätterkinden; **Help**, Samstag, 29.4.2017, 13.30, SAB Bätterkinden, Besuch von Help Lora; **Monatsübung**, Freitag, 19.5.2017, 19.00, Wynigen; **Help**, Samstag, 20.5.2017, 13.30, SAB Bätterkinden

Walliswil bei Niederbipp *Monatsübung*, Mittwoch, 3.5.2017, 20.00, Zivilschutzanlage Walliswil-Bipp

Wohlen-Meikirch *Blutspenden*, Donnerstag, 27.4.2017, 17.30–20.30, im Reberhaus, Uettlingen; **Monatsübung**, Donnerstag, 11.5.2017, 19.30–21.30, Oberstufenschulhaus Uettlingen

Worb *Samsenta*, Donnerstag, 11.5.2017, 14.00, Kirchgemeindehaus, Worb, Turnen mit Renate; **Übung**, Dienstag, 30.5.2017, 19.30 Uhr, Kleininstitution Alp, Worb, Besammlung beim Schulhauszentrum 19.15 Uhr Postenkleider, gute Schuhe, Taschenlampe

Worben *Übung*, Freitag, 19.5.2017, Info folgt

Wynigen *Monatsübung*, Dienstag, 25.4.2017, 20.00 Uhr, Uhlmannhaus, Probe für nächsten Monat; **NfK**, Freitag, 28.4.2017, Uhlmannhaus; **Feldübung**, Freitag, 19.5.2017, Besammlung: 18.45 Uhr, gemäss Einladung

FREIBURG

Fribourg *Cours pédiatrique*, Montag, 1.5.2017, 19.30 Uhr

Gurmels *Monatsübung*, Mittwoch, 3.5.2017, 20.00–22.00, Pfarrschür Gurmels. Aus dem Weg

Kerzers und Umgebung *Sanitätsdienst Baustein 2+3*, Montag, 8.5.2017, 20.00 Uhr, Samariter-lokal

Plaffeien *Monatsübung*, Dienstag, 25.4.2017, 20.00 Uhr, Übungslokal, Thema: Grundlagen

Sanitätsdienst Teil 2; **Blutspenden**, Mittwoch, 26.4.2017, 18.30–21.00 Uhr, MZH Plaffeien; **Nothilfekurs**, Freitag, 19.5.2017, Übungslokal, 19.+20. Mai, bitte anmelden.

St. Silvester *Maibummel*, Mittwoch, 10.5.2017; **Samariter-Zmorge**, Sonntag, 21.5.2017, Vereinsaal

Ueberstorf *Monatsübung*, Freitag, 28.4.2017, 19.30 Uhr, Aula Schulhaus. Der Mensch im Fokus

Ulmiz *Vortrag*, Montag, 1.5.2017, 20.00, Schulhaus Ulmiz, Allergien, Referentin: Sereina de Zordo von AHA; **Samariter-Zmorge**, Sonntag, 21.5.2017, 9.00, Schulhaus Ulmiz; **Refresher Kleinkinder**, Montag, 29.5.2017, Schulhaus Ulmiz

GRAUBÜNDEN

Chur *Monatsübung*, Montag, 8.5.2017, 20.00 Uhr, Segantini, Unfälle beim Sport; **Monatsübung**, Montag, 22.5.2017, 20.00 Uhr, Segantini, Schockarten

Davos *Kinoabend*, Mittwoch, 3.5.2017, 22.00–22.00 Uhr, Foyer UG Mittelstufenschulhaus, Tobelmühlestrasse, Davos Platz

Sargans *Übung*, Dienstag, 9.5.2017, 19.30–22.00, Splee Sargans; **Kleidersammlung**, Samstag, 20.5.2017, 8.30–13.00, Garage Hobi Sargans

LUZERN

Adligenswil *Monatsübung*, Dienstag, 9.5.2017, 19.30 Uhr, Zentrum Teufmatt, Sitzungszimmer UG, Thema «Blut/Kreislauf»; **Monatsübung**, Montag, 22.5.2017, 19.30 Uhr, in Udligenswil, gemeinsame Monatsübung mit den Samaritervereinen Udligenswil und Meggen

Aesch-Mosen *Feldübung in Schongau*, Freitag, 5.5.2017

Emmen *Monatsübung*, Donnerstag, 27.4.2017, 19.30, vis-à-vis Halle 4, Rüeggisingenstrasse Fliegerdörfli, Übung mit dem Quartierverein Rüeggisingen. Postenlauf: Pflaster, BLS/AED, Verbände. Mit anschl. Apero; **Monatsübung**, Montag, 8.5.2017, 19.45, Schulhaus Rüeggisingen. Sicherer Umgang mit Schaufelbahre, Rettungsbrett, Spineboard; **Übung**, Dienstag, 16.5.2017, 19.45, Schulhaus Rüeggisingen. Wir packen die Mitgliederwerbung ein; **Vortrag**, Freitag, 2.6.2017, 14.00, Polizeischule in Hitzirch, Treffpunkt gemäss Bekanntgabe an den Übungen, Kontakt: Laila Reber, Vortrag und Besichtigung. Zum Abschluss wird es einen Apero geben. Anschliessend lassen wir den Abend im Don Carlos in Reussbühl (Ruopigenzentrum) ausklingen; **Monatsübung**, Donnerstag, 29.6.2017, 19.30, Gemeindezentrum Möösli, 6034 Inwil. Wir haben das Gastrecht in Inwil und werden mit viel Wissen angereichert. Wir Emmer freuen uns sehr.

Kriens Samariter-Senioren, Donnerstag, 20.4.2017, Frühlingsspaziergang – Weggis Gotthard; **Delegiertenversammlung – Jubiläumsanlass**, Samstag, 29.4.2017, Kriens, gemäss separater Einladung; **Monatsübung**, Dienstag, 2.5.2017, im Lokal; **Help**, Freitag, 12.5.2017, 18.30 bis 20.00 Uhr, Feldmühlelokal Kriens, Blind/Taub/Stumm; **Samariter-Senioren**, Donnerstag, 18.5.2017, Frühlingausflug Schönbühl – Schloss Jegenstorf – Sumiswald

Luzern Pilatus Seniorengruppe, Mittwoch, 3.5.2017, 14.00 Uhr, Schiffbrücke 1, Bahnhofplatz Luzern, «Blustbummel»-Schiff um 14.12 nach Hertenstein, Bummel nach Weggis, Café Dahinden, Rückfahrt mit Schiff, 17.05 ab Weggis. Bei genügend Teiln. Kollektivbillet auf Schiff möglich, Auskunft: 041 377 28 58; **Monatsübung**, Montag, 8.5.2017, 19.30 Uhr, Schulhaus Sali, Luzern, Garten

Neuenkirch Übung mit SV Hellbühl, Montag, 1.5.2017, 19.15 Uhr, Treffpunkt: Parkplatz Pausenhalle, gemeinsame Übung; **Übung mit SV Lauterbrunnen**, Samstag, 13.5.2017, Info zum Treffpunkt für diese gemeinsame Übung folgt; **Blutspenden**, Dienstag, 16.5.2017, 17.00 bis 20.00 Uhr, Pfarreiheim, Helfer kommen bitte früher!; **Vereinsausflug**, Donnerstag, 15.6.2017, Infos zum Treffpunkt folgen

Root u. Umgebung Neues und Altes, Dienstag, 2.5.2017, 20.00, Röseligarten, Root

Schongau Feldübung, Freitag, 5.5.2017, ab 18.45 Uhr, Start an den Posten um 19.15 Uhr, Erschti Hilf im Alltag – bisch parat?

Schöpfheim Blutspenden, Mittwoch, 3.5.2017, 17.00–20.30, Gemeindesaal Adler, 6170 Schöpfheim; **Monatsübung**, Mittwoch, 17.5.2017, 20.00, im Freien

Sempach Blutspenden, Donnerstag, 4.5.2017, 17.00 (Beginn), Schulhaus Felsenegg Sempach. Alle helfen mit. Sind wir genügend eigene Leute, bleibt auch mehr in der eigenen Kasse. Eintreffen 16.45. Ist die Teilnahme nicht möglich, bitte selber Ersatz suchen. Alle helfen am Schluss beim Aufräumen, Bea dankt es euch; **Monatsübung**, Mittwoch, 10.5.2017, 20.00, Feuerwehrlokal Sempach. Der krönende Abschluss! Diese Übung wird Stefan Schneider leiten und instruieren. Praktische Arbeit wird es sein, bitte entsprechende Kleidung tragen. Also für Spannung ist gesorgt. Wir rechnen mit vielen Teilnehmern.

SCHAFFHAUSEN

Neuhausen am Rheinfall Übung, Montag, 8.5.2017, 19.00, Kirchackerschulhaus Neuhausen, Postenlauf

SCHWYZ

Altendorf Monatsübung, Donnerstag, 4.5.2017, 20.00, Samariterlokal, BLS-AED Reanimation

Lachen Monatsübung, Montag, 1.5.2017, Notruf, Funk; **Monatsübung**, Montag, 29.5.2017, Kopf- und Hirnverletzungen

Vorderthal Monatsübung, Donnerstag, 4.5.2017, 20.00 Uhr, MZG Vorderthal

SOLOTHURN

Bellach Monatsübung, Montag, 8.5.2017, 19.45 Uhr, Kaselfeldschulhaus Bellach, Aula, BLS/AED-Grundkurs für Interessierte, restliche Teiln. normale Übung nach ausgesuchtem Thema; **Samariterbrunch**, Sonntag, 21.5.2017, 9.30 Uhr, Schulhaus II Bellach, anschliessend Fahrt mit Privatautos oder direkt 10.00 Uhr auf dem Obergrenchenberg, Anmeldung bis 28.4.2017 bei Karin

Biberist Blutspenden, Donnerstag, 20.4.2017, 17.00 bis 19.30 Uhr, ref. Kirchgemeindehaus. Wir freuen uns auf viele Spender.

Biberist Monatsübung, Montag, 8.5.2017, 19.30 Uhr, Samariterlokal, Thema: Zappligi Sach

Deitingen Monatsübung, Montag, 8.5.2017, 20.00, Lokal

Dorneckberg Kantonale Delegiertenversammlung, Samstag, 22.4.2017, Hochwald, Gemeindezentrum Hobeltreff und Kirche St. Gallus. Wir freuen uns, dass wir den Kantonalvorstand und die Delegierten des Kantons Solothurns bei uns begrünnen dürfen; **Monatsübung**, Freitag, 5.5.2017, 19.30–22.00 Uhr, Hochwald, Feuerwehrmagazin. Gemeinsam mit der Feuerwehr Hochwald üben wir Rettungen; **Blutspenden**, Montag, 29.5.2017, 17.30–20.00 Uhr, Hochwald, Gemeindezentrum Hobelträff

Fulenbach Monatsübung, Dienstag, 25.4.2017, 20.00, Fulenbach, Thema: Bewegungsapparat; **Blutspenden**, Montag, 15.5.2017, 18.00, Gemeindesaal Fulenbach; **Monatsübung**, Montag, 22.5.2017, 20.00, Wynau, Thema: Notfälle unter freiem Himmel

Langendorf Monatsübung, Montag, 22.5.2017, 20.15, Mehrzweckraum der Ischimatt, IVR-Kursinhalte Teil 2, Vorsicht: Datum geändert!

Subingen Monatsübung, Montag, 24.4.2017, 19.30, MZG Subingen, Pech oder nicht; **Mai-Chilbi**, Freitag, 5.5.2017, Mai-Chilbi vom 5.5. bis 7.5.2017; **Monatsübung**, Montag, 15.5.2017, 19.30, MZG Subingen, Luft, Luft

Wangen b. Olten Übung, Mittwoch, 3.5.2017, 20.00 Uhr, Vereinslokal, Spiel und Spass; **Mai-Markt Wangen**, Samstag, 6.5.2017, 8.30 bis 16.00 Uhr, beim ehemaligen Pfefferli-Hof

ST. GALLEN UND FÜRSTENTUM LIECHTENSTEIN

Bazenheid-Lütisburg Ausflug, Samstag, 6.5.2017, Einladung und Ziel folgen später. Ehepartner und Freunde sind willkommen. Ausflug von zwei Tagen; **Einblick in den Rettungsdienst**, Montag, 8.5.2017, 20.00 Uhr, Eichbühlschulhaus, mit Referentin Frau C. Widmer

Buchs SG Monatsübung, Montag, 15.5.2017, 19.30, Feuerwehrdepot, Übung mit den Helpis

Eggersriet Monatsübung, Montag, 8.5.2017, 20.00 Uhr, Schulhaus Eggersriet

Gossau SG Knochenschlosserei, Donnerstag, 11.5.2017, 19.30, Vereinslokal, Sonnenstrasse 4

Mosnang Monatsübung, Dienstag, 2.5.2017, 20.00–22.00 Uhr, Pfarreiheim Moslig

Oberbüren Übung, Montag, 12.6.2017, 19.30, Schulhaus Brühlacker, Untergeschoss. Gemeinsame Übung mit Niederbüren. Interessierte sind herzlich willkommen.

St. Gallen-Winkeln Monatsübung, Montag, 1.5.2017, 19.30 Uhr, Gründenmoos, Fallbeispiele

Triesenberg Einweihung, Samstag, 29.4.2017, 14.00 Uhr, Triesenberg auf dem Dorfplatz, Einweihung und Übergabe des neuen Geräteanhängers; **Monatsübung**, Freitag, 5.5.2017, 19.00 Uhr, Samariterheim Kontakt Obergufer. Persönliche Sanitätsrucksack-Kontrolle und Blutzucker messen

THURGAU

Altnau u. Umgebung Monatsübung: Blut und Stammzellen, Dienstag, 25.4.2017, 20.00 Uhr, Oberstufenschulhaus Altnau; **Monatsübung: Erste Hilfe mit Hund**, Dienstag, 23.5.2017, 20.00 Uhr, Oberstufenschulhaus Altnau

Bichelsee-Balterswil-Eschlikon Monatsübung, Donnerstag, 4.5.2017, 19.45 Uhr, Mehrzweckraum Bachelacker; **Samariterreise**, Samstag, 20.5.2017

Bischofszell u. Umgebung Monatsübung, Dienstag, 2.5.2017, 20.00 Uhr, Sandbänkli, 9220 Bischofszell, Thema: Rund ums Auto

Erlen und Umgebung Monatsübung, Donnerstag, 20.4.2017, 20.00 Uhr, Backsteinschulhaus Erlen; **Monatsübung**, Donnerstag, 11.5.2017, 20.00 Uhr, Backsteinschulhaus Erlen

Ermatingen Monatsübung, Mittwoch, 3.5.2017, 19.30 Uhr, Übungslokal im Feuerwehrdepot, fehlende Sanitätsdienst-Themen

Frauenfeld Help, Mittwoch, 3.5.2017, 18.00 Uhr, Zivilschutzanlage Schulhaus Reutenen

Frauenfeld Monatsübung Nothilfekurs blended learning, Montag, 8.5.2017, 19.30, Zivilschutzanlage Schulhaus Reutenen, Vorbereitung: Apps «Erste Hilfe des SRK» sowie «Erste Hilfe Spiel» Sanitätsdienstkleidung für draussen

Herdern u. Umgebung Monatsübung, Donnerstag, 20.4.2017, 19.45, Bühne Turnhalle Gündelhart, BLS/AED – Herz; **Monatsübung**, Donnerstag, 18.5.2017, 19.45, Bühne Turnhalle Gündelhart, Sanitätsdienst. Bitte nehmt die Bestellung für Material für eure Sanitätsdiensttasche mit.

Kesswil Uttwil Dozwil Übung, Donnerstag, 27.4.2017, Eis ahoi (spezielle Einladung); **NHK**, Freitag, 28.4.2017, 19.30 bis 22.00 Uhr, zweiter Kurstag; Samstag, 29. April, von 8.30 Uhr bis 16.00 Uhr; **Maibummel**, Mittwoch, 17.5.2017, spezielle Einladung

Matzingen-Stettfurt Übung, Montag, 8.5.2017, 19.30 Uhr, Post Parkplatz, Postenlauf mit Thundorf

Münchwilen und Umgebung Vortrag, Mittwoch, 19.4.2017, 20.00 Uhr, Singsaal Schulhaus Waldegg. Unsere Vereinsärztin hält einen Vortrag zum Thema «Diabetes: Zuckerkrank – was heisst das eigentlich?» mit Infos zu Entstehung und Therapie; **Monatsübung**, Mittwoch, 3.5.2017, 19.30 Uhr, Parkbad an der Murg oder Singsaal. Je nach Wetter treffen wir uns in der Badi oder im Singsaal. Bitte beachtet den früheren Start der Übung!

Seebachtal Hüttwilen Übung, Montag, 24.4.2017, Einblick in den neuen Nothilfekurs; **Blutspenden**, Mittwoch, 10.5.2017; **Nothilfekurs**, Freitag, 19.5.2017, zweiter Kurstag; Samstag, 20. Mai 2017; **Übung**, Montag, 22.5.2017, Verbände angewendet

Weinfelden Monatsübung, Dienstag, 9.5.2017, 20.00 Uhr, TBO Thomas-Bornhauser-Strasse; **Blutspenden**, Dienstag, 23.5.2017, 16.30–20.00 Uhr, Kath. Pfarreizentrum Freiestrasse

UNTERWALDEN

Buochs Monatsübung, Mittwoch, 3.5.2017, 20.00 Uhr, Vereinslokal, Badeunfälle

Ennetbürgen Monatsübung, Mittwoch, 3.5.2017, 20.00–22.00 Uhr, Pfarreiheim Ennetbürgen, Thema «Verkehrsunfälle»: Wir werden bei verschiedenen Unfallsituationen das richtige Handeln üben. Wir freuen uns auf viele Teilnehmer; **60+**, Kaffee und Kuchen, Mittwoch, 10.5.2017. Alle Mitglieder über 60 Jahre treffen sich zu einem gemütlichen Nachmittag im Kaffee zum Stein in Sachseln. Details dazu folgen in einer persönlichen Einladung.

Ennetmoos Monatsübung, Montag, 8.5.2017, 20.00–22.00 Uhr, Samariterlokal, Eimatt 6, Ennetmoos, Leben aus dem Koffer

Lungern Monatsübung, Montag, 1.5.2017, 20.00 Uhr, Lungern, Brienz in Lungern

Oberdorf-Büren Monatsübung, Dienstag, 2.5.2017, 19.30, Staldifeld 2, 6370 Oberdorf, Unfall uf em Buirehof. Wir treffen uns um 19.30 im Staldifeld. Es erwarten uns verschiedene Fallbeispiele aus der Praxis eines landwirtschaftlichen Betriebes.

URI

Schatt Dorf Monatsübung, Donnerstag, 18.5.2017, 20.00 Uhr, Samariterlokal, Allmendstrasse 1, Schatt Dorf, Monatsübung «Gärtner»; **Monatsübung**, Freitag, 9.6.2017, 19.00 Uhr,

gemäss separater Einladung, Monatsübung «Metzger» (Grillabend), Interessierte melden sich bei praesident@samariter-schattdorf.ch.

Silenen Monatsübung, Mittwoch, 10.5.2017, 20.00 Uhr, Schulhaus Silenen, Aula, Maibummel; **Blutspenden**, Donnerstag, 28.9.2017, 17.00 bis 20.00 Uhr, Schulhaus Amsteg

WALLIS

Embd-Kalpetran Monatsübung, Dienstag, 2.5.2017, Grundlagen Sanitätsdienst

Grächen Delegiertenversammlung, Samstag, 29.4.2017, Lalden; **Altkleidersammlung**, Freitag, 5.5.2017; **Monatsübung**, Montag, 29.5.2017, in St. Niklaus, Treffpunkt 19.00 Uhr bei den Glocken, MSD Teil 3

Steg Monatsübung, Montag, 1.5.2017, WK ABCDE

Turtmann Kleidersammlung, Freitag, 28.4.2017; **Monatsübung**, Donnerstag, 11.5.2017, 20.00, Samariterlokal

ZUG

Baar Monatsübung, Samstag, 6.5.2017, 20.00 Uhr, Übung mit Aedermannsdorf. Einladung folgt separat; **Monatsübung Help-Gruppe**, Mittwoch, 17.5.2017, 17.25 Uhr, vor dem Schulhaus Sennweid, Reanimation

Cham Monatsübung, Donnerstag, 27.4.2017, C; **Monatsübung**, Dienstag, 30.5.2017, D

Menzingen Monatsübung mit SV Neuheim, Donnerstag, 4.5.2017, 20.00 Uhr

Oberägeri Blutspenden, Mittwoch, 3.5.2017, 17.00, Maienmatt Oberägeri; **Monatsübung**, Donnerstag, 11.5.2017, 20.00, Schützenhaus Unterägeri, Natur pur, mit SV Sattel; **Help**, Mittwoch, 17.5.2017, 18.30, Samariterlokal Unterägeri, Brüchig

Steinhausen Übung, Dienstag, 2.5.2017, 20.00, nach Ansage; **Monatsübung**, Dienstag, 6.6.2017, 20.00, Samariterlokal Steinhausen

Unterägeri Monatsübung, Donnerstag, 11.5.2017, 20.00, Schützenhaus Unterägeri, Natur pur, mit SV Sattel; **Help**, Mittwoch, 17.5.2017, 18.30, Samariterlokal Unterägeri, Brüchig

Zug Help, Samstag, 29.4.2017, 9.15, Zivilschutzanlage Oberwil, Winnie the Pooh; **Monatsübung**, Dienstag, 2.5.2017, 19.45, Zivilschutzanlage Oberwil

ZÜRICH

Bonstetten-Wettswil Monatsübung, Dienstag, 23.5.2017, 19.00 Uhr, Gemeindesaal Bonstetten, Refresherkurs

Bubikon Monatsübung, Dienstag, 9.5.2017, 19.45, Feuerwehrdepot Bubikon, Postdienst/Fallbeispiele

Bülach Monatsübung, Mittwoch, 10.5.2017, 19.30, Samariterlokal Hohfuri. Jede Sekunde zählt.

Dielsdorf-Regensberg Übung, Montag, 8.5.2017, 20.00 bis 22.00 Uhr, Übungs- und Kurslokal Bezirkskommandoposten Dielsdorf, Pippi ausser Rand und Band – Verbände und Pflaster; **Blutspenden**, Dienstag, 9.5.2017, 17.30 bis 20.00 Uhr

Dübendorf Blutspenden, Donnerstag, 11.5.2017, 16.30–19.30 Uhr, ref. Kirchgemeindehaus, Dübendorf. Wer noch Zeit hat, mitzuhelfen, melde sich bitte bei Fränzi. Vile Dank; **Monatsübung**, Dienstag, 16.5.2017, 19.30 Uhr, Schulhaus Grüze, Gebäude 7, Seite Grüzestrasse, «Schnell denken», Übungsleitung: Susanne. Vergiftungen und Allergien. Wie reagieren wir richtig.

Dürnten Monatsübung: Was ist neu durch IVR?, Donnerstag, 11.5.2017, 19.30–21.30 Uhr, Singsaal Sekundarschule Nauen, 8632 Tann. Zusätzlich zu den Vereinsmitgliedern sind Gäste und Interessierte herzlich eingeladen.

Eschenbach u. Umgebung Monatsübung, Montag, 24.4.2017, 20.00 Uhr, Werkdienstgebäude; **Blutspenden**, Mittwoch, 26.4.2017, 16.30–20.00 Uhr, Eschenbach Dorftreff

Fiscenthal Monatsübung, Montag, 24.4.2017, 20.00, Feuerwehrlokal Fiscenthal; **Monatsübung**, Montag, 29.5.2017, 20.00, Feuerwehrlokal Fiscenthal; **Monatsübung**, Dienstag, 6.6.2017, 19.30, Bauma

Grünigen Sanitätsdienst, Samstag, 29.4.2017, Frühlingsmarkt in Grünigen; **Sanitätsdienst**, Sonntag, 30.4.2017, Frühlingsmarkt in Grünigen; **Übung**, Montag, 8.5.2017, Abfahrt Werkhof um 19.40 nach Grüt, Umgang mit Kindern

Hinwil Monatsübung, Dienstag, 2.5.2017, 19.30 Uhr, Feuerwehrgebäude Eisweiher, Patientenbetreuung, praktische Arbeit. Wir üben die Bewusstlosenlagerung, Blutdruckmessen, Pulsoxymeter und die Betreuung Verletzter.

Hombrechtikon Nothelferkurs, Freitag, 21.4.2017, und Samstag, 22.4.2017, Hombrechtikon, Anmeldungen unter 076 371 20 78; **Monatsübung**, Dienstag, 2.5.2017, 20.00, Feuerwehrgebäude Hombrechtikon; **Kleinkinder-nothelfer-Kurs**, Samstag, 6.5.2017, 8.00, Kinderkrippe Farbtupf, Hombrechtikon, Anmeldungen unter 076 371 20 78; **Monatsübung**, Dienstag, 27.6.2017, 19.00, Bubikon, Feuerwehrgebäude; **Monatsübung**, Dienstag, 4.7.2017, 20.00, Vereinslokal Holflüe. Nach dem Vortrag über Demenz legen wir die Würste auf den Grill...

Küsnacht Monatsübung, Mittwoch, 3.5.2017, 20.00 Uhr, neuer Haupttrakt Kantonsschule, Reanimationsübung

Meilen-Herrliberg Monatsübung, Montag, 8.5.2017, 19.45, DOP Meilen, 2. Stock, Insektenstich

Pfäffikon ZH u. Umgebung Monatsübung, Montag, 8.5.2017, 19.45, noch offen

Rapperswil-Jona Monatsübung, Dienstag, 2.5.2017, BWZ Rappi; **Blutspenden**, Dienstag, 16.5.2017, Rappi

Region Thalwil Übung, Samstag, 6.5.2017; **Übung**, Dienstag, 16.5.2017

Samariter Flaachthal Monatsübung, Montag, 8.5.2017, 20.00, Gemeindesaal Flaach, Tschungel 2/2

Schwerzenbach Übung, Freitag, 19.5.2017, 20.00 Uhr, Chappeli, Hegnau/Volketswil, Verletzungen des Bewegungsapparates

Stallikon-Aeugst Monatsübung, Mittwoch, 10.5.2017, wird noch bekanntgegeben, Monatsübung findet nur am 10. Mai statt. Über die Details wird separat via E-Mail informiert.

Uetikon am See Blutspenden, Dienstag, 2.5.2017, 17.00–20.00, Riedsteg, Partysaal, Bergstrasse 109, 8707 Uetikon am See; **E-Learning Nothilfekurs**, Samstag, 6.5.2017, 8.30–12.00 und 13.00–16.30, Riedsteg, Partysaal, Bergstrasse 109, 8707 Uetikon am See, Nothilfekurs mit E-Learning

Urdorf Monatsübung, Mittwoch, 3.5.2017, 20.00 Uhr bis 22.00 Uhr, Schulhaus Moosmatt, Urdorf, Vereinsübung «Elektrizität»

Uster Monatsübung, Donnerstag, 11.5.2017, 20.00 Uhr, Zeughaus, Berchtoldstrasse 10, Eingang «Ateliers». Thema: Rettungsbrett mit Stephi

Volketswil Blutspenden, Montag, 8.5.2017, im Gries, siehe Einladung; **Monatsübung**, Freitag, 19.5.2017, Chappeli, Verletzung des Bewegungsapparates

Wald ZH Vereinsreise, Sonntag, 21.5.2017

Weisslingen-Kyburg Kleidersammlung, Samstag, 6.5.2017, 8.00 Uhr; **Monatsübung**, Montag, 8.5.2017, 20.00 Uhr, Vereinsraum 1, Widum, Sportverletzungen; **Monatsübung**, Dienstag, 6.6.2017, 20.00 Uhr, tbd, Sanitätsdienst

Wiesendangen u. Umgebung Monatsübung, Mittwoch, 3.5.2017, 20.00 Uhr, FW-Lokal Wiesendangen, Fallbeispiel Postendienst

Winterthur Oberwinterthur Stadtübung in Wülflingen, Mittwoch, 10.5.2017, 19.00, Holzlegistrasse 17, Wülflingen

Winterthur-Seen Blutspenden, Donnerstag, 4.5.2017, 17.00 Uhr, alte Turnhalle, Kanzleistrasse; **Monatsübung**, Mittwoch, 10.5.2017, 19.00 Uhr, Holzlegistrasse 17, Wülflingen

Winterthur-Stadt Monatsübung, Mittwoch, 10.5.2017, 19.00–21.30, Wülflingen, Holzlegistrasse 17, Stadtübung in Wülflingen, Treffpunkt 19.00 Uhr, Holzlegistr.17, Wülflingen

Winterthur-Wülflingen Übung, Mittwoch, 10.5.2017, 19.00 Uhr, Spitexzentrum Wülflingen an der Holzlegistrasse 17, gesamte städtische Übung

Zürich-Altstetten-Albisrieden Monatsübung, Donnerstag, 4.5.2017, 20.00–22.00, Schulhaus Buchlern

Zürich-Oerlikon und Umgebung Monatsübung, Donnerstag, 4.5.2017, 19.30 Uhr, Schulhaus Liguster, Notruf und Organisation Rettungsleitstelle

Impressum

«samariter» 04/2017
Erscheinungsdatum: 19. April

Herausgeber

Schweizerischer Samariterbund SSB
Martin-Disteli-Strasse 27
Postfach, 4601 Olten
Telefon 062 286 02 00
Telefax 062 286 02 02
redaktion@samariter.ch
www.samariter.ch

Zentralsekretärin: Regina Gorza

Abonnemente, Adressänderungen

Schriftlich an obige Adresse

Abonnementspreis

Einzelabonnement für Aussenstehende:
Fr. 33.– pro Jahr

10 Ausgaben pro Jahr
Auflage: 25 000 Exemplare

Redaktion

Sonja Wenger
Westschweiz: Chantal Lienert
Südschweiz: Mara Maestrani
Sekretariat: Monika Nembrini
Telefon 062 286 02 67
Telefax 062 286 02 02
redaktion@samariter.ch
Postadresse:
Redaktion «samariter»
Postfach, 4601 Olten

Inserate

Zürichsee Werbe AG
Verlag und Annoncen
Seestrasse 86, 8712 Stäfa
Telefon 044 928 56 11
Telefax 044 928 56 00
info@zs-werbeag.ch
www.zs-werbeag.ch

Layout, Druck, Versand

AVD GOLDACH AG, 9403 Goldach



Gedruckt
in der Schweiz

+samariter
Rettungsorganisation des SRK

Offizielle Sondermünze 2016

150 Jahre Schweizerisches Rotes Kreuz

erhältlich unter www.swissmintshop.ch oder Telefon 058 4 800 800



- ✓ Lieferung versandkostenfrei*
- ✓ Echte Silberlegierung
- ✓ Limitierte Auflage
- ✓ Gesetzliches Zahlungsmittel
- ✓ Zur Erinnerung an das Jubiläum
- ✓ Zum Sammeln, Schenken und Freude bereiten

* für Lieferadressen in der Schweiz und im Fürstentum Liechtenstein



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swissmint