



## HELP-Jugend- und Schulprogramm Unkomplizierte Lebensrettungsausbildung in der Schule mit dem Selbstlern-Kit MiniAnne

**Zielgruppe:** Schülerinnen und Schüler ab 12 Jahre

Idealerweise nehmen Schülerinnen und Schüler aus Klassen teil, welche mindestens drei Schuljahre zusammen verbringen (z.B. 1. Oberstufe), sodass in den zwei folgenden Schuljahren das Gelernte gemeinsam repetiert werden kann.

### Schulungsmaterialien

#### Selbstlern-Kit MiniAnne – Einführung in die Herz-Lungen-Wiederbelebung

Ein Selbstlern-Kit MiniAnne besteht aus:

- 1 DVD mit audiovisuellen Anleitungen
- MiniAnne (ein aufblasbares Übungsmodell aus Kunststoff bestehend aus Kopf und Oberkörper mit integriertem Kompressionsklicker)
- 1 Attrappe eines automatischen externen Defibrillators AED mit Pads zum Aufkleben
- 1 Handy-Attrappe
- 2 Reinigungstüchern
- 2 Ersatzlungen
- Kurzanleitung
- Merkblatt mit Informationen zum richtigen Verhalten bei Herz- und Hirn-Notfällen
- 2 Kniepolstern



Das Selbstlern-Kit MiniAnne ermöglicht das Erlernen von lebensrettenden Basismassnahmen der Wiederbelebung (BLS: Basic Life Support) sowie der Bedienung eines AED (Automatischer Externer Defibrillator) mithilfe eines 30-minütigen Videos. Das Training kann allein oder in Gruppen absolviert werden. Mit dem persönlichen Selbstlern-Kit können die Schülerinnen und Schüler jederzeit auch zu Hause üben, ihr Wissen auffrischen sowie Familienmitglieder und Freunde miteinbeziehen.

#### PowerPoint-Vortrag «Das Herz verstehen – im Notfall richtig handeln»

Mit dem Vortrag «Das Herz verstehen – im Notfall richtig handeln» stellt die Schweizerische Herzstiftung Übersichtsfolien zum Herz-Kreislauf-Notfall zur Verfügung. Er kann zur Vor- oder Nachbereitung in den regulären Unterricht integriert oder direkt vor der Ausbildung als kurzes Einführungsreferat gehalten werden.

#### Informationsbrief für die Eltern

Nach Bedarf erleichtert die Vorlage für den Informationsbrief an die Eltern die Kommunikation.

## Vorlage Medienmitteilung

Die Schweizerische Herzstiftung stellt den teilnehmenden Schulen und Klassen eine Vorlage für eine Medienmitteilung zur Lebensrettungsausbildung zur Verfügung und unterstützt sie beim Versand. Ausserdem erhalten die betreffenden Schulen von der Schweizerischen Herzstiftung auch die Kontaktangaben der jeweiligen regionalen/lokalen Medien.

## Ausweise für Schülerinnen und Schüler

Nach der Erstausbildung erhalten die Jugendlichen einen persönlichen «HELP-Ausweis», der bestätigt, dass sie mit dem Selbstlern-Kit MiniAnne die Herz-Lungen-Wiederbelebung trainiert und sich das nötige Grundwissen für die Lebensrettung bei einem Herznotfall erworben haben.



## Evaluationsfragebogen für Schülerinnen und Schüler, Eltern und Lehrpersonen

Das HELP-Jugend- und Schulprogramm wird evaluiert. Das Ausfüllen der Evaluationsfragebogen ist Bedingung für alle teilnehmenden Schulen.

Im Anschluss an die Erstausbildung mit dem Selbstlern-Kit MiniAnne füllen sowohl die Schülerinnen und Schüler als auch die Eltern und die Lehrpersonen Fragebogen zum HELP-Jugendprogramm aus. Damit die Eltern Fragen zur MiniAnne beantworten können, nehmen die Kinder das Selbstlern-Kit nach der Erstausbildung mindestens einmal mit nach Hause.

## Zertifikat «Herzschule»

Sobald die ausgefüllten Fragebogen bei der Schweizerischen Herzstiftung eingetroffen sind, wird die Schule als «Herzschule» ausgezeichnet und erhält von der Schweizerischen Herzstiftung ein entsprechendes Zertifikat.



## Organisation

### Vorbereitung

Wir empfehlen Ihnen, sich vorgängig mit dem Ausbildungskonzept vertraut zu machen.

- Selbstlern-Kit MiniAnne auspacken und Inhalte kennenlernen
- DVD testen auf Abspielgerät (PC, Laptop, DVD-Gerät)

### Einrichten des Schulungsraumes

- Grösse (alle Schülerinnen und Schüler sollten einen halben bis einen Meter freien Platz auf alle Seiten zur Verfügung haben)
- Beamer / Leinwand (alle Schülerinnen und Schüler sollten eine gute Sicht auf die Leinwand haben)
- Lautsprecher (mit genügender Kapazität)

### Dauer

Das Training zum Erlernen von Lebensrettungsmassnahmen mit MiniAnne dauert mindestens 30 Minuten. Es ist autodidaktisch aufgebaut und wird mit Hilfe einer DVD durchgeführt.

Zeitaufwand: mind. 1 Lektion DVD (Video BLS und Video AED)

### Wiederholungskurse / Refresher

Über die Ersts Schulung hinaus verpflichtet sich die Schule, in den folgenden zwei Jahren mindestens einmal jährlich einen Wiederholungskurs durchzuführen. Idealerweise werden diese Wiederholungskurse fest im Schuljahr eingeplant.

## Ablauf HELP-Jugend- und Schulprogramm

- Schülerinnen und Schüler erhalten ihr persönliches Selbstlern-Kit MiniAnne.
- Kits auspacken und aufblasen, bis sie gut mit Luft gefüllt sind.
- DVD starten, Sprache wählen.
- Video BLS zeigen.
- Schülerinnen und Schüler hören aufmerksam zu und absolvieren das Training.
- Video zur Anwendung des AED zeigen.
- Schülerinnen und Schüler hören aufmerksam zu und absolvieren das Training.
- Lehrperson gratuliert den Schülerinnen und Schüler und verteilt die Ausweise.
- Hausaufgabe: Schülerinnen und Schüler nehmen die MiniAnnes mit nach Hause, zeigen sie ihrer Familie und ihren Freunden, füllen die Fragebogen aus und lassen die Fragebogen ausfüllen (Eltern).
- Lehrpersonen füllen die Fragebogen aus.
- Ausgefüllte Fragebogen werden an die Schweizerische Herzstiftung retourniert.
- Die Schule erhält das Zertifikat «Herzschule».
- Spätestens ein Jahr später findet ein Wiederholungskurs statt.
- Spätestens nach zwei Jahren findet erneut ein Wiederholungskurs statt.
- Spätestens mit dem Schulaustritt nehmen die Schülerinnen und Schüler ihre persönliche MiniAnne definitiv mit nach Hause.



Ermuntern Sie die Schülerinnen und Schüler, das Gelernte weiterhin zu trainieren und Freunden, Verwandten und Bekannten zu zeigen, wie auch sie mit MiniAnne üben können.

Von den verantwortlichen Lehrkräften sind keine spezifischen Kompetenzen notwendig

### Weitere Informationen und Kontakt:

Nicole Mäder  
Junior Projektleiterin Aufklärung, Prävention  
Dufourstrasse 30  
Postfach, 3000 Bern 14  
Telefon 031 388 80 76  
maeder@swissheart.ch

Bern, März 2020