



Für alle, die helfen wollen
Lerne Erste Hilfe bei Freizeit-
und Sportverletzungen

Wähle einen Termin:

Mo, 1. Juni · Deitingen · 19:30 – 21:30

Mi, 3. Juni · Zuchwil · 19:30 – 21:30

Mo, 8. Juni · Biberist · 19:30 – 21:30

Infos und kostenlose Anmeldung:

ersthilfe-wasseramt.ch



Erste Hilfe, die Sicherheit gibt

Praxisnah, verständlich und ohne Vorkenntnisse.

Ein kostenloser Mitmach-Abend zum Ausprobieren und Lernen.

Das lernst du

- > Bei Verstauchungen, Zerrungen und Prellungen richtig reagieren
- > Knochenbruch erkennen und handeln
- > Kreislaufprobleme bei Hitze einschätzen
- > Bewusstseinsstörungen erkennen

Für wen

- > Eltern und andere Betreuungspersonen
- > Sportlich aktive Menschen
- > Menschen, die im Alltag sicher reagieren möchten

Termine & Orte

Mo, 1. Juni 2026 · Deitingen

Mi, 3. Juni 2026 · Zuchwil

Mo, 8. Juni 2026 · Biberist

Jeweils 19:30 – 21:30 Uhr

Jetzt kostenlos anmelden unter [erstehilfe-wasseramt.ch](https://www.erstehilfe-wasseramt.ch)