



 Thema	SFR Ersthelfer für Fliessgewässer oder Hochwasser	
 Zielpublikum	Anerkannte professionelle und freiwillige Einsatzformationen aus dem Bereich des Bevölkerungsschutzes d. h. Feuerwehr, Polizei, Rettungsdienste, Zivilschutz, technische Dienste.	
 Vorkenntnisse	■ Der Teilnehmer muss in guter körperlicher und psychischer Verfassung sein. Zudem muss er ein guter Schwimmer sein, das heisst mindestens 200 m in einem ruhigen Fluss schwimmen können. ■ Ein aktuelles Zertifikat über die Teilnahme an einem Erste-Hilfe-Kurs und an einem Kurs für Herz-Lungen-Wiederbelebung (CPR) ist von Vorteil. ■ Für die Teilnahme ist keine Erfahrung in schnellen Fliessgewässern notwendig.	
 Kursziele	Die Teilnehmer sind in der Lage: ■ Die Risiken und Gefahren beim Schwimmen in schnellen Fliessgewässern (Hoch-/Wildwasser) sowie die dafür erforderlichen Fähigkeiten einzuschätzen. Die Teilnehmer können: ■ Bei Rettungsaktionen die eigene Sicherheit gewährleisten; ■ Entsprechend dem Schwierigkeitsgrad und den sich anbietenden Möglichkeiten die Rettungen wirkungsvoll ausführen.	
 Dauer	2 Tage	
 Inhalt	Theorie ■ Situation in der Schweiz. ■ Klassifizierung der Flüsse und wichtige Informationen. ■ Technische Fachbegriffe und «Lesen» des Flusses. ■ Methode und Grundtechniken der Rettung in Fliessgewässern. ■ Ausrüstung des Retters (persönliche Schutzausrüstung).	Praxis ■ Test der Schwimmweste. ■ Verwendung der Seiltasche. ■ Ausklinkbarer Gurt oder Feuerwehrgurt. ■ Seilwurf und Rettung des Opfers. ■ Schwimmen in der Strömung (Fluss Klasse 1 und 2).
 Ausbildungsform	■ Referate. ■ Diskussionen und Lehrgespräche. ■ Einzel- und Gruppenarbeiten.	
 Kosten	CHF 600.- In den Kurskosten inbegriffen: ■ Pausenverpflegungen und Mittagessen; ■ Zertifikat.	
 Daten und Kursort		
 Besonderes	Aus Sicherheitsgründen ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Wir erlauben uns, Kurs mit ungenügendem Anmeldestand ersatzlos abzusagen.	