

MOVEAID™

Safety in Motion - in der Karate Academy e.V.



**GEMEINSAM.
SICHER.
HELFEN.**
SAFETY IN MOTION

Mehr Infos und Start



Liebe Mitglieder,
liebe Eltern,

nehmt euch bitte einen kurzen Augenblick für ein wichtiges Thema.

Karate bedeutet nicht nur, Techniken zu erlernen. Karate bedeutet auch, **Verantwortung zu übernehmen** – für sich selbst und für andere Menschen.

Deshalb startet die Karate Akademie gemeinsam mit dem TEN® – Trainingszentrum für Erste Hilfe & Notfallmedizin – ein neues Projekt zur Förderung von Erste-Hilfe-Kompetenzen im Sport.

Den Anfang machen unsere Jugendlichen im Alter von 14 bis 18 Jahren. Ziel ist es, ihnen wichtige Fähigkeiten zu vermitteln, mit denen sie in Notfallsituationen ruhig bleiben, richtig reagieren und möglicherweise sogar Leben retten können.

Statt eines langen „Erste-Hilfe-Kurses“ setzen wir zunächst auf kurze, praxisnahe Lerneinheiten. Die Inhalte werden regelmäßig wiederholt und praktisch trainiert, damit Sicherheit und Handlungskompetenz entstehen.

Die Teilnahme an den Einheiten ist für Mitglieder **kostenfrei** und im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Eltern sind ausdrücklich **willkommen**. Pro teilnehmendem Mitglied kann ein Elternteil kostenfrei an den Einheiten teilnehmen und aktiv mitmachen. Sofern ausreichend Platz vorhanden ist, können auch beide Elternteile teilnehmen.



MOVEAID™
— DEUTSCHLAND —
www.moveaid.de



**KARATE
ACADEMY**
空手道

Microlearning – Wissen, das Leben retten kann.



Die Karate Akademie orientiert sich an modernen Ausbildungskonzepten aus der Notfallmedizin. Inhalte werden dabei nicht ausschließlich in langen Kursen vermittelt, sondern in kurzen, regelmäßigen Trainingseinheiten wiederholt und praktisch geübt.

Dieser wissenschaftliche Ansatz hat sich insbesondere bei Themen wie der Wiederbelebung als sehr wirksam erwiesen. Die einzelnen Einheiten dauern in der Regel etwa 15 Minuten und werden in das reguläre Training integriert.

Der Schwerpunkt liegt dabei nicht auf Theorie, sondern auf praktischem Üben und Wiederholen. Ziel ist es, Hemmschwellen abzubauen und Sicherheit im Handeln zu gewinnen.

Modul 1 Verhalten im Notfall Notruf Auffinden einer Person	Modul 2 Reanimation „Compression only“ Prüfen-Rufen-Drücken	Modul 3 Reanimation mit Beatmung 30:2 AED	Modul 4 Reanimation mit Beatmung 30:2 QCPR (Auswertung)	Modul 9 Erste Hilfe Lehrgang 9 x 45 Min. (7,5 Std) Staatlich anerkannter Kurs für Ersthelfer und bspw. Führerschein
Modul 5 Verhalten im Notfall Notruf Auffinden einer Person „Simulation“	Modul 6 Bewusstlosigkeit Stabile Seitenlage	Modul 7 Reanimation mit Beatmung 30:2 u. AED	Modul 8 Bewusstlosigkeit Stabile Seitenlage	

Die Module sind bewusst unabhängig voneinander gestaltet. Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Durch regelmäßige Wiederholung zentraler Inhalte entsteht über die Zeit eine nachhaltige Handlungssicherheit im Notfall.

Langfristig möchten wir erreichen, dass Erste Hilfe in unserer Akademie genauso selbstverständlich wird wie das regelmäßige Training im Dojo: eine Fähigkeit, die man beherrscht, regelmäßig übt und im entscheidenden Moment sicher anwenden kann.

Wer helfen kann, übernimmt Verantwortung. Genau dieser Gedanke gehört für uns zu den Werten des Karate.



MOV AID™
— DEUTSCHLAND —
www.movaid.de

