

2. LIFEFORCE Drei Schritte

Wenn du jemanden siehst, der Hilfe braucht
Atme tief durch und frage dich
"Ist es sicher, sich zu nähern?"
"Ist es sicher, sich zu nähern?"
Schau dich um und beobachte die Person

Wenn es für dich sicher ist,
Komme näher und knie dich hin
Schüttel sie leicht und frag Sie, schüttel sie leicht und frag Sie
"Sind Sie okay?"

Wenn die Person nichts sagt
Berühr die Stirn, heb das Kinn sanft an.
Leg dein Ohr nah an die Person, leg dein Ohr nah an die Person.
Hör, fühl und sieh nach der normalen Atmung