

Pannenkarte & Notfall-Karte



HANDZEICHEN

Arm hoch	Stopp / Anhalten
Arm links	Abbiegen links
Arm rechts	Abbiegen rechts
Hand unten	Hindernis auf Straße
Hand seitlich	Tempo reduzieren
Faust heben	PANNE – Anhalten!

UNFALL – SCHEMA S-S-P-N-E-P

1	STOPP – Gruppe anhalten, niemand fährt weiter
2	SICHERN – Unfallstelle absichern, Warnweste an
3	PRÜFEN – Bewusstsein? Atmung? Blutung?
4	NOTRUF – 112 · GPS-Koordinaten nennen!
5	ERSTE HILFE – Stabile Seitenlage, beruhigen
6	PROTOKOLL – Kontakte notieren, Fotos machen

PANNEN – SOFORTMASSNAHMEN

Plattfuß	Gruppe an den Rand · Flickset / Ersatzschlauch · Wer kann helfen?
Bremse defekt	Nicht weiterfahren! Einschätzen: reparierbar oder Abbruch?

IMMER DABEI HABEN

Pannenhilfe	Flickset · Reifenheber · Pumpe · Ersatzschlauch
Sicherheit	Erste-Hilfe-Set · Warnweste · Powerbank · Notfallkontakte
Navigation	Albverein erleben offline · Wetter gecheckt · Schlusslicht abgesprochen

Notruf: 112 · Polizei: 110 · ADAC-Pannenhilfe: 0800 5 10 11 12 · Ortsgruppe: _____