



defiköln beim Köln-Marathon am



köln
marathon

präsentiert von der Sparkasse KölnBonn



3. Oktober 2010



Liebe Kölnerinnen und Kölner,

das **defiköln-Projekt** ist einzigartig, mehr als 100 Defibrillatoren wurden in den Geschäftsstellen der Sparkasse KölnBonn in Köln installiert.

Bei Notfällen, wie zum Beispiel akutem Herzstillstand, können Sie auch als Laie helfen:

Wer defiköln näher kennenlernen möchte, kann sich am 3. Oktober 2010 während des Köln Marathons informieren. Sie finden Infostände zu defiköln vor folgenden Geschäftsstellen der Sparkasse KölnBonn: Hauptstelle, Hahnenstraße 57, 50667 Köln; Geschäftsstelle Neumarkt 1d, 50667 Köln und Geschäftsstelle der Neusser Straße 236-238, 50733 Köln-Nippes.

Auf der Internetseite www.defiköln.de können Sie mehr über das Projekt und alle Standorte der Defis erfahren und sich ein Schulungsvideo ansehen.

Wenn Sie am Marathon teilnehmen, können Sie mit unserem Shirt für defiköln und damit **für die Sicherheit in unserer Stadt** laufen.

Nähere Infos gibt es ebenfalls unter

www.defiköln.de oder unter

Tel. (02 21) 37 64 66 50,

Förderverein Herzzentrum Köln.

Wenn Sie defiköln am Tag des Marathons ehrenamtlich unterstützen möchten, melden Sie sich ebenfalls unter dieser Telefon-Nummer!

jeder kann es

**ich
auch**

www.defi-koeln.de

HELFEN ist ganz einfach:

Zunächst ganz kurz prüfen, ob

- der/die Betreffende ansprechbar ist, und/oder
- normal (6 bis 8 regelmäßige Atemzüge in 30 Sekunden) atmet.

Ist dies nicht der Fall, dann **sofort**

- über **112** den Notarzt rufen (lassen),
- **schnellstmöglich** mit der Herzdruckmassage beginnen (Thoraxkompressionen 100/Minute, ggf. 30/2 Wechsel mit Beatmung)
- einen **Defi** aus einem der Stützpunkte holen lassen und dessen Anweisungen folgen.

Defis finden Sie aktuell rund um die Uhr in allen Kölner Zweigstellen der Sparkasse KölnBonn, in den Foyers aller Kölner Kliniken sowie im Flughafen Köln-Bonn.

Weitere Informationen erhalten Sie unter:

www.defiköln.de

oder per E-Mail info@defikoeln.de