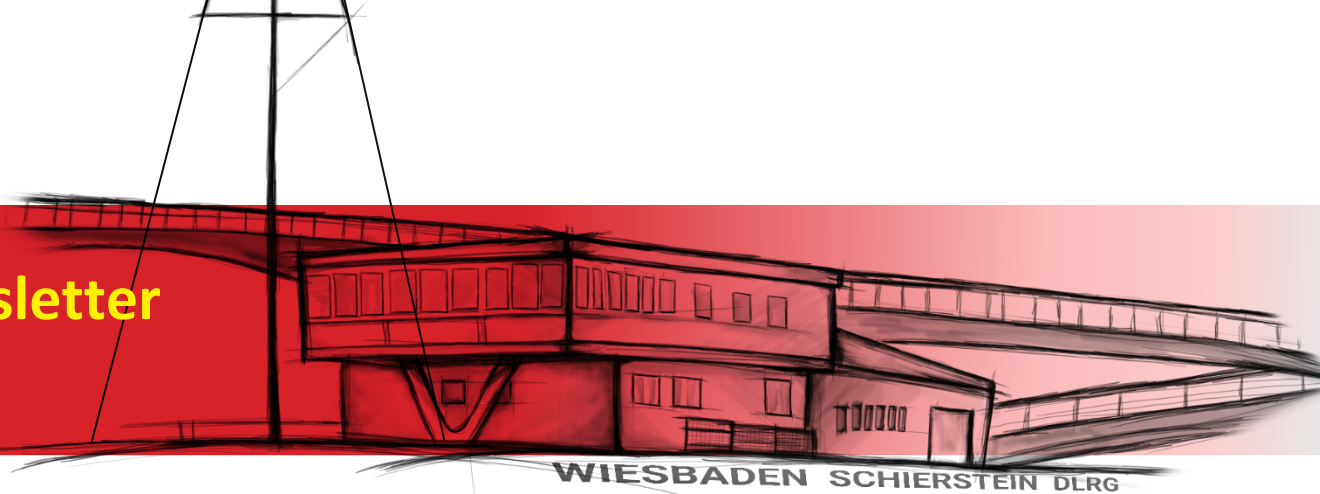


E-Newsletter

2023/01



Willkommen bei unserem ersten Newsletter dieses Jahres! In dieser Ausgabe teilen wir anstehende Veranstaltungen mit euch und laden herzlich zum Mitmachen ein:

Erste-Hilfe-Kurs in Kooperation mit der VHS-Schierstein

Egal in welcher Situation oder an welchem Ort: Erste Hilfe im Notfall rettet Leben! Oftmals hängt es vom Eingreifen eines Einzelnen ab, das Schlimmste zu verhindern - denn bis der Rettungsdienst eintrifft, vergehen wertvolle Minuten, mindestens acht. Um die Angst zu nehmen und im Notfall richtig reagieren zu können, bilden wir in unseren Erste-Hilfe-Kursen jedermann aus.

Der nächste DGUV-zertifizierte EH-Kurs findet am **25. März 2023** in Kooperation mit der VHS-Schierstein statt. Alle Informationen und die Anmeldung findet Ihr auf der Webseite der VHS Schierstein: <https://www.vhs-schierstein.de/kurssuche/kurs/Erste-Hilfe-Kurs/12370112>

Neues Angebot: Konditionstraining Rettungsschwimmen

Für alle Mitglieder mit Rettungsschwimmabzeichen Bronze, Silber und Gold haben wir ein neues Angebot: **mittwochs von 20:00 bis 21:15 Uhr** findet unser Konditionstraining Rettungsschwimmen statt. Neben Ausdauertraining und Verbesserung der Schwimmtechnik werden auch Aspekte des Rettungsschwimmens thematisiert und geübt.

Alle Informationen und Anmeldung findet Ihr hier:

<https://wiesbaden-schierstein.dlrg.de/kurse-und-sicherheit/anmeldung/konditionstraining-rettungsschwimmen-in-172620-s/#seminarDetail>

Mitmach-Aktion: Dreck-Weg-Tag

Am Samstag, den **25. Februar 2023** ab 09:00 findet erneut die Schiersteiner Aufräumaktion statt und wir sind auch wieder mit dabei. Um **10:00 Uhr** treffen wir uns auf der Rettungswachstation an der Hafenspitze, um das Gelände auf Vordermann zu bringen. Alle Mitglieder und Freunde sind herzlich eingeladen zu unterstützen und dabei die Station kennenzulernen. Kommt einfach dazu! Fragen zur Aktion richten sich bitte an martin.fischbach@wiesbaden-schierstein.dlrg.de.

Es wird in diesem Jahr wieder einen gemeinsamen Imbiss bzw. Getränke im Vereinsheim des Angelsportverein geben zu dem der Ortsring Schierstein e.V. alle Helfer herzlich einladet.