



ERSTE HILFE FÜR DEN REITSPORT



Grundsätzliche Tipps	8
Erste Hilfe bei Knochenbrüchen	10
Erste Hilfe bei blutenden Wunden	11
Erste Hilfe bei einem Schock	12
Erste Hilfe bei einer Gehirnerschütterung	13
Der gestürzte Reiter ist bei Bewusstsein	13
Der gestürzte Reiter ist bewusstlos und atmet	14
Der gestürzte Reiter ist bewusstlos und atmet nicht	14
ANL 1	17
Live-Standort verwenden	17
Deinen Live-Standort teilen	18
> Standort > Live-Standort teilen.	18
Teilen des Live-Standorts beenden	19
So beendest du das Teilen deines Live-Standorts in allen Einzel- und Gruppenchats:	19
> Einstellungen > Datenschutz > Live-Standort.	19
ANL 2	20
Live-Standort verwenden	20
Standortberechtigungen auf deinem Telefon erteilen	20
Deinen Live-Standort teilen	21
> Standort > Live-Standort teilen.	21
Teilen des Live-Standorts beenden	22
So beendest du das Teilen deines Live-Standorts in allen Einzel- oder Gruppenchats:	22
NOTFALL SOS MIT DEM MOBILTELEFON	23
Notruf mit dem iPhone: Funktion "Notruf SOS"	23
Notfallassistent und Notfallmodus auf Android-Smartphones	24
Präzise Ortung durch Notruftechnik AML	24
NOTFALLPASS	24

Erste Hilfe für den Reiter



Reitunfälle sind häufige, ernste Ereignisse, mit jährlich ca. 30.000 bis 93.000 Fällen in Deutschland, oft verursacht durch Stürze (ca. 80 %).

Häufige Verletzungen betreffen Kopf, Schulter und Wirbelsäule. Besonders gefährdet sind Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren, die über 50 % der hospitalisierten Fälle ausmachen.

Ein Helm und Schutzwesten sind essenziell zur Prävention.



Hauptursachen und Hintergründe:

- **Stürze vom Pferd:** Die häufigste Unfallursache (80 %), oft durch Scheuen oder Stolpern des Pferdes.
- **Schwere Verletzungen:** Häufig Kopf- und Wirbelsäulenverletzungen, teilweise mit langfristigen Folgen.
- **Pferdetritte/Bisse:** Ein weiteres erhebliches Risiko, besonders im Umgang vom Boden aus.
- **Risikofaktoren:** Mangelnde Erfahrung, ungeeignete Ausrüstung (fehlender Helm), unterschätzte Risiken im Gelände.
- **Tödliche Unfälle:** Einer von 10.000 Reitern erleidet jährlich einen tödlichen Unfall.

Sicherheitsmaßnahmen und Verhalten:

- **Schutzausrüstung:** Pflichtbewusstes Tragen von Reithelm und Sicherheitsweste.
- **Ausbildung:** Gute Ausbildung von Reiter und Pferd minimiert Risiken.
- **Erste Hilfe:** Nach einem Sturz Unfallstelle sichern, Verletzten ansprechen, Notruf wählen und ggf. stabile Seitenlage anwenden.
- **Umgang mit Panik:** Nach einem Unfall Ruhe bewahren, Pferd beruhigen
- **Verhalten nach Stürzen:**
Es ist wichtig, die eigene Angst nach einem Sturz ernst zu nehmen und nicht sofort überstürzt wieder aufzusteigen, um das Vertrauen wiederherzustellen.
Häufige Reitunfälle: Wobei verletzen sich Reiter:innen und Pferd am ...

Reiten gilt als eher gefährliche Sportart. Sowohl im Freizeitsport als auch auf Leistungssportebene kommt es immer wieder zu Reitu...

HÄUFIGE REITUNFÄLLE: WOBEI VERLETZEN SICH REITER:INNEN UND PFERD AM MEISTEN?

Reiten gilt als eher gefährliche Sportart. Sowohl im Freizeitsport als auch auf Leistungssportebene kommt es immer wieder zu Reitunfällen mit Verletzungen. Häufige Verletzungen sind Kopf-, Schulter- und Armverletzungen. Schwere Stürze betreffen vor allem die Brust- und Lendenwirbelsäule. Trotz Operationen ergeben sich daraus immer wieder schwerwiegende Folgen für Reiter:innen.

Doch vielfach können Reiter:innen viel dafür tun, dass weniger Reitunfälle passieren oder sie vergleichsweise harmlos verlaufen. Denn das Verhalten und die Ausbildung von Reiter:innen spielen neben dem Tragen von Reithelmen und schützenden Westen mit Protektoren eine entscheidende Rolle für die Minimierung von Unfallrisiken. Hier beschreiben wir die häufigsten Gründe für Reitunfälle und wie sie sich am ehesten vermeiden lassen.

UNERFAHRENHEIT ODER MANGELNDE KENNTNISSE DES REITERS:

Reiter:innen mit wenig Erfahrung oder mangelnden Kenntnissen haben ein höheres Risiko einen Reitunfall zu erleiden. Als Fluchttiere reagieren Pferde impulsiv und können sich schon bei vergleichsweise geringen äußeren Reizen erschrecken und beginnen mitunter zu steigen, auszubrechen oder durchzugehen. Unerfahrene Reiter:innen können bei unvermittelten Bewegungen des Pferdes verhältnismäßig leicht stürzen und sich verletzen.

Das Risiko für Reitunfälle steigt, wenn sich Reiter:innen überschätzen oder sich ihrer begrenzten Erfahrung und Kenntnisse nicht bewusst sind. So können Fehler beim Auf- und Absteigen das Risiko für einen Unfall erhöhen, genauso wie zu geringe Abstände zu anderen Pferden oder Menschen.

Vermeiden lassen sich Unfälle durch an Erfahrung und Wissen angepasstes Reiten. So sollte man sich beim Reiten nur Herausforderungen stellen, denen man aufgrund seiner Kenntnisse und Erfahrung gewachsen ist. Das betrifft beispielsweise das Tempo, wie das Galoppieren im Gelände, die Auswahl des geeigneten Pferdes oder auch das Einhalten von Abständen auf dem Platz, in der Halle und im Gelände.

ÜBERMÜDUNG ODER MANGELNDE KÖRPERLICHE FITNESS DES REITERS:

Übermüdung oder mangelnde körperliche Fitness können Reitunfälle begünstigen. Übermüdung kann dazu führen, dass Reiter:innen nicht mehr ausreichend Kontrolle über ihr Pferd haben. Mangelnde Fitness führt mitunter dazu, dass Reiter:innen in gefährlichen Situationen nicht ausreichend flexibel reagieren können, um sich im Sattel zu halten oder das Pferd wieder zu beruhigen. Daher ist es wichtig, beim Reiten stets darauf zu achten, noch ausreichend Kraft und Kondition für die Anforderungen beim Reiten zu haben. Gerade bei Ausritten sollte man eine möglichst realistische Einschätzung vornehmen. Lieber einen Ausritt kürzer ausfallen lassen als das Risiko der Übermüdung eingehen.

VERWENDUNG VON DROGEN ODER ALKOHOL:

Drogen und Alkohol verzerren die Wahrnehmung, verzögern die Reaktionsfähigkeit und verleiten zu Fehleinschätzungen. Damit können Suchtmittel und Alkohol zu einem Risikofaktor für Reitunfälle werden. Auch wenn keine Grenzwerte für Alkoholkonsum festgelegt sind, sollte man unter Alkoholeinfluss oder Einfluss von Drogen unbedingt auf das Reiten verzichten.

FALSCHES AUSRÜSTUNG ODER SCHLECHT GEPFLEGTE AUSRÜSTUNG:

Über Sattel und Zügel kommunizieren Reiter:innen mit ihren Pferden. Sitzt das Material schlecht, ist nicht gut in Schuss und passt nicht zu Reiter:in und Pferd, kann dies zu Kommunikationsproblemen führen. Außerdem kann ein schlechtsitzender oder unpassender Sattel beim Pferd Schmerzen verursachen und zu Bewegungseinschränkungen führen. All das sind mögliche Einflüsse bei Reitunfällen.

Daher sollte man unbedingt auf gut gepflegtes und optimal sitzendes Material achten. So erhöht man die Wahrscheinlichkeit für eine gute Beweglichkeit von Reiter:in und Pferd und schafft die besten Voraussetzungen für eine effektive Kommunikation zwischen Pferd und Reiter:in.

Für die Sicherheit ist zudem die Oberbekleidung von Reiter:innen wichtig. Dazu gehören ein gutsitzender Helm, Stiefel mit Schaft bis über die Knöchel und Absätzen mit mindestens 1,5 cm. Ferner helfen Reitwesten mit Protektoren, den Körper im Falle eines Sturzes zu schützen. Passende Handschuhe verbessern den Griff und schonen die Hände.

STÜRZE WÄHREND DES SPRINGENS:

Immer wieder kommt es beim Springreiten zu Stürzen. Dabei kann es zu, zum Teil auch schweren oder leider tödlichen, Verletzungen kommen. Das Risiko für Unfälle beim Springreiten ist in hohem Maße abhängig von der Erfahrung der Reiter:innen. Auch die Passung zwischen Pferd und Reiter:in neben der Fitness spielen eine große Rolle und können dazu beitragen, Unfälle zu vermeiden.

Ausreichend Erfahrungen und Kenntnisse, ein zielgerichtetes Training für die jeweiligen Anforderungen, helfen die Risiken für Reitunfälle zu minimieren.

FEHLENDE WARTUNG DER REITANLAGE:

Starken Einfluss auf sicheres Reiten hat der Untergrund. Im Gelände hat man darauf nur unzureichend Einfluss. Auf dem Platz und in der Halle kann eine gute gepflegte Anlage jedoch sehr zur Sicherheit von Reiter:innen und Pferden beitragen.

Wer beim Reiten auf einen sicheren Untergrund achtet und bei unsicherem Gelände seine Reitweise angemessen anpasst, vermeidet unnötige Risiken.

REITEN IN UNGEWOHNTEM GELÄNDE:

Ungewohntes und unübersichtliches Gelände können Reitunfälle mit verursachen. Daher sollte man gerade in unbekanntem Gelände besonders vorsichtig reiten. Die Gangarten sollten unbedingt vorausschauend angepasst werden, um keine unnötigen Stürze zu riskieren.

FEHLENDE KONZENTRATION:

Nicht nur der Körper ermüdet, auch mentale Ermüdungen und ein Nachlassen der Konzentration können Reitunfälle verursachen. Dabei können sowohl die Konzentration des Pferdes als auch von Reiter:innen eine Rolle spielen. Daher sollte man stets gut darauf achten, wie es um die eigene Konzentration und um die seines Pferdes bestellt ist. Gerade bei längeren Ausritten ist es wichtig, frühzeitig Pausen einzuplanen oder den Streckenverlauf anzupassen, um auf diese Weise Ermüdungserscheinungen zu vermeiden.

UNVORHERSEHBARE REAKTION DES PFERDES:

Pferde sind Fluchttiere, die auf die unterschiedlichsten Reize stark reagieren können. So können die kräftigen Tiere bei ungewohnten Geräuschen oder Eindrücken, wie beispielsweise wehenden Bändern oder Fahrradfahrern, impulsiv reagieren und womöglich durchgehen, steigen oder bocken. Eine riskante Situation für Pferd und Reiter:in. Daher ist es wichtig, sein Umfeld stets gut im Blick zu behalten und mit Unvorhergesehenem zu rechnen. Außerdem empfiehlt es sich sein Pferd an Unvohergesehenes zu gewöhnen. Dazu kann man sein Pferd sanft und in kleinen Schritten an die verschiedenen Eindrücke heranführen.

REITEN BEI SCHLECHTEN WETTERBEDINGUNGEN:

Wer einen Ausritt oder Reiten auf dem Platz geplant hat, trifft manches Mal auf schlechte Wetterbedingungen. Der Platz hat sich in eine Matschwüste verwandelt. Die Wege im Wald sind feuchter als gedacht. Oder man ist bei bestem Wetter losgeritten und plötzlich wendet sich das Wetter und man reitet durch Bindfäden von Regen. Diese und ähnliche Bedingungen bedeuten ein erhöhtes Risiko. Leicht kann man ausrutschen oder bei behinderter Sicht in ungünstiges Gelände geraten. Daher ist es wichtig, auf schlechte Wetterbedingungen vorbereitet zu sein und sich gegebenenfalls ihnen anzupassen.



GRUNDSÄTZLICHE TIPPS

- Als Reiter.in sollte man einen **Erste-Hilfe-Kurs** gemacht haben und diesen etwa **alle zwei Jahre auffrischen**.
- Das kann man bei verschiedensten Organisationen und Anbietern machen.
- **Trage immer einen Helm, um Deinen Kopf zu schützen! Ich kann gar nicht genug betonen, wie wichtig das ist!**
- Außerdem sollte man als Reiter.in **immer ein Handy dabei** haben, mit dem man im Ernstfall den Notarzt rufen kann.
- Dieses Handy solltest Du **in Deiner Jacke oder sonst wo an Dir** tragen – ist es in der Satteltasche und Dein Pferd rennt weg, hilft es Dir nichts mehr!
- Nimm eine **Mini-Verbandstasche** mit. Dort ist auch eine isolierende Silberdecke mit drin; gerade im Herbst oder Winter ist sie sehr nützlich, um einen gestürzten Reiter warm zu halten, bis Hilfe eintrifft.
- Wenn Dein Mitreiter im Gelände stürzt: Bevor Du euren Pferden hinterher rennst, um sie einzufangen, überprüfe, dass es ihm gut geht!
- Ruf im Wald einmal laut nach Hilfe – oft sind Spaziergänger unterwegs und man kann zusätzliche Hilfe gut gebrauchen.
- Zusätzlich zum Notarzt solltest Du am Stall anrufen und um Hilfe bitten. Immerhin stehst Du mit zwei Pferden und einem verletzten Mitreiter im Wald.
- Trage gut sichtbare Kleidung. Wenn Dich ein Hubschrauber im Gelände finden muss, ist es wichtig, dass er auch eine Chance hat, Dich zu sehen. Braune Kleidung ist da eher ungünstig.
- Hab ein Band mit Deinen Notfalldaten an Dir.
- Sei Dir immer bewusst, wo Du gerade bist. Wenn Du den Notarzt rufen musst, solltest Du ihm sagen können, wo er hinkommen muss.
- In einem Stall war es üblich, dass Allein-Reitende ihre **geplante Route und Zeit** ans schwarze Brett geschrieben haben. Wenn sie nicht zur angegebenen Zeit zurück waren, wurden sie angerufen oder nach ihnen gesucht. Das war eine prima Sache – und ich denke, die 5 Minuten Zeit kann man sich nehmen.
- Alternativ zu einem Eintrag am schwarzen Brett kannst Du Deinen **Live-Standort auch über WhatsApp teilen**. Wenn ihr z. B. eine Stallgruppe habt, einfach Deinen Standort dort freigeben, bis Du wieder sicher zurück bist.
- Auch nach einem gefühlt nicht so schweren Sturz sollte man sich unbedingt **beim Arzt bzw. im Krankenhaus durchchecken** lassen. Haarrisse im Knochen erkennt man zum Beispiel meistens nicht von selbst!

- Lass einen gestürzten Reiter nur dann wieder aufsteigen, wenn klar ist, dass er keine Verletzungen oder einen Schock hat. **Erst wenn er nach 10 Minuten weiter ruhig und normal ist und keine Schmerzen hat oder ihm nicht schlecht ist, darf er wieder aufs Pferd!**
- **Wenn jemand gestürzt ist und liegen bleibt: erst mal nicht bewegen!**



- Wenn der gestürzte Reiter Wirbelsäulenverletzungen hat, machst Du es durch Bewegen nur noch schlimmer.
- Wenn Du ihn wegbewegen musst, zum Beispiel weil er in einem gefährdeten Bereich liegt, dann ziehe ihn und versuche, ihn möglichst in der Haltung zu lassen, in der er schon liegt.
- Rede mit dem gestürzten Reiter und versuche, ihn zu beruhigen. Achte darauf, dass ihm nicht kalt wird.
- Wenn Du Dir nicht sicher bist, ob Du den Notarzt brauchst oder nicht, kannst Du auch unter **116 117** den ärztlichen Bereitschaftsdienst anrufen und die Situation schildern.

ERSTE HILFE BEI KNOCHENBRÜCHEN

- Je nach Schwere des Bruchs und Situation: **Notarzt anrufen**. (Hat der Reiter nur einen „einfachen“ Knochenbruch, kann sich von selbst bewegen und ist ansprechbar, kann man ihn auch – vorsichtig – selbst ins Krankenhaus transportieren.)
- Wegen „Kleinigkeiten“ sollte man den Notarzt nicht rufen, da der dann nicht mehr für Notfälle zur Verfügung steht.
- Kannst Du es nicht einschätzen – die Leitstelle 112 hilft und entscheidet aufgrund der gemachten Angaben.
- Das betroffene Körperteil möglichst **ruhig stellen** und nach Bedarf mit einer Jacke oder Decke polstern.
- Beim gestürzten Reiter bleiben und aufpassen, dass ihm nicht zu kalt oder zu heiß wird.
- Offene Brüche mit einem sterilen Material abdecken (aus dem **Erste-Hilfe-Kasten** – Du hast doch einen am Stall oder im Auto?!).
- **Sonst nichts an der Wunde machen – das ist Aufgabe des Notarztes!**



ERSTE HILFE BEI BLUTENDEN WUNDEN

- **Je nachdem, wie viel es blutet: Notarzt anrufen.**
- Die Wunde mit **sterilem Material** abdecken und dann mit einem Verband umwickeln.
- Blutet die Wunde stark, sollte ein **Druckverband** angelegt werden.
- Dazu nimmst Du etwas, was kein Blut aufsaugt, drückst es über die Wunde und umwickelst es fest mit einem Verband. Dazu kannst Du zum Beispiel Taschentücher in der Packung, ein Handy oder ein Verbandspäckchen benutzen.
- Wenn die Wunde an einer Stelle ist, an der Du keinen Verband festkriegst, lege ein steriles Tuch darüber und drücke mit Deiner Hand so lange fest darauf, bis der Notarzt da ist und Dir sagt, was Du tun sollst.
- Wenn die Wunde versorgt ist, beim gestürzten Reiter bleiben und aufpassen dass ihm nicht zu kalt oder zu heiß wird.



ERSTE HILFE BEI EINEM SCHOCK

- **Notarzt rufen.**
- Einen Schock erkennst Du so: Der gestürzte Reiter ist **verwirrt, er erinnert sich nicht daran, dass er gestürzt ist, er spürt keine Schmerzen, er hat Schüttelfrost, er hat einen schnellen Puls, die Pupillen sind erweitert, er ist entweder teilnahmslos oder sehr emotional** (ich hatte mal einen Schockpatienten, der hat wegen allem und jedem grundlos geweint), **er ist sehr blass.** Jemand, der unter Schock steht, muss nicht alle diese Symptome auf einmal haben!
- Steht der gestürzte Reiter unter Schock – **und hat keine Verletzungen an Kopf, Brust oder Bauch!** – solltest Du ihn mit leicht erhöhten Beinen hinlegen und unbedingt warm halten (Jacken, Decken, Satteldecken, ...).
- Rede mit ihm und beruhige ihn.



- **Versuche nicht, ihn aufzurichten.** Wenn er es selbst kann, darf er sich so setzen, dass er keine Schmerzen hat.
- Wenn nicht, soll er liegen bleiben, während Du den Notarzt rufst.
- Du solltest ihn dann **mit einer Jacke oder Decke zudecken**, damit er nicht auskühlt.
- Wenn er sich aufrichten kann, versucht gemeinsam einzuschätzen, wie schwer die Verletzung ist.
- **Blutet er irgendwo oder hat offene Wunden?**
- **Liegen alle Körperteile richtig?**
- **Ist ein Körperteil plötzlich kürzer als vorher?**
- **Können bestimmte Körperteile nicht bewegt werden?**
- **Ist ein Körperteil taub oder kribbelt?**
- **Ist ihm schwindelig oder schlecht?**
- **Hat er Kopfschmerzen?**
- **Hat er sich in die Hose gemacht** (ja, das ist peinlich, ich weiß, aber das kann ein Zeichen für eine Wirbelsäulenverletzung sein und sollte ernst genommen werden!)?
- **Hat er einen Schock?**
- **Hat er offensichtlich etwas gebrochen oder sogar einen offenen Bruch?**
- Je nachdem, welche Verletzungen der gestürzte Reiter hat, den Notarzt rufen und die Verletzung wie oben beschrieben versorgen.

- **Notarzt rufen!**
- **Rede trotzdem mit ihm und versuche ihn aufzuwecken**, indem Du mit ihm redest.
- **Nicht schütteln!**
- **Überprüfe, ob er atmet.** (Puls musst Du nicht messen – wenn jemand nicht atmet, hat er automatisch auch keinen Puls.)
- Wenn der gestürzte Reiter atmet, bringe ihn in die **stabile Seitenlage (lernt man im Erste-Hilfe-Kurs!)**.
- Ich weiß: Oben steht, Du sollst einen gestürzten Reiter nicht bewegen, solange nicht eindeutig klar ist, dass seine Wirbelsäule nicht verletzt ist. Wenn er aber einfach so liegen bleibt, kann es passieren, dass er **an seiner Zunge oder seinem Erbrochenen erstickt**.
- Das hilft ihm dann ja auch nicht.
- Bleib bei dem gestürzten Reiter und kontrolliere weiter seine Atmung.
-

DER GESTÜRZTE REITER IST BEWUSSTLOS UND ATMET NICHT

- **Notarzt rufen!**
- Bei Kindern unter 8 Jahren fängst Du zuerst mit den Wiederbelebensmaßnahmen an und rufst dann erst den Notarzt.
- Beginne mit **Wiederbelebensmaßnahmen** (und wieder: alle 2 Jahre einen Erste-Hilfe-Kurs besuchen, um fit zu bleiben!).
-

Gut zu Wissen:



Beatmung

- Kopf nacktenwärts beugen
- 2 x beatmen im Wechsel mit 30 x Herzdruckmassage
- Mund-zu-Mund-Beatmung **oder** Mund-zu-Nase-Beatmung
- 1 Sekunde lang gleichmäßig Luft einblasen



Gut zu Wissen:



Herzdruckmassage

- Rückenlage auf harter Unterlage und Oberkörper freimachen
- Handballen einer Hand auf die Mitte der Brust legen
- Handballen der zweiten Hand auf die erste Hand legen und die Finger verschränken
- Mit gestrecktem Arm das Brustbein 5 bis max. 6 cm nach unten drücken
- Brustbein nach jedem Druck entlasten
- 30 x Herzdruckmassage (Arbeitstempo: 100 – 120/min) im Wechsel mit 2 x Beatmen
- Wiederbelebung bis Atmung einsetzt oder Rettungsdienst übernimmt



Sei Dir Deiner Verantwortung bewusst!

Ich hoffe, mit diesem Artikel habe ich Dir noch einmal bewusst gemacht, wie wichtig es ist, zu wissen, wie man bei Unfällen reagiert.

Falls Du es noch nicht gemacht hast, solltest Du unbedingt an einem Erste-Hilfe-Kurs teilnehmen.

Meiner Meinung nach liegt es in unserer **Verantwortung als Reiter**, dass wir unseren Freunden und Mitreitern richtig helfen können, wenn ihnen etwas passiert.

Wenn jeder Reiter so denkt, wird jedes Hobby für uns und alle etwas sicherer.

Jeder von uns kann einmal in die Situation kommen, dass wir nach einem Sturz auf die Hilfe Anderer angewiesen sind. Ich hoffe sehr, dass derjenige weiß, was er tut, wenn es tatsächlich mal so kommen sollte!

LIVE-STANDORT VERWENDEN

Mehr

Mit dem Live-Standort kannst du deine Position in Echtzeit mit Mitgliedern eines Einzel- oder Gruppenchats teilen. Dabei hast du die Kontrolle darüber, ob und wie lange du deinen Live-Standort teilst. Du kannst das Teilen deines Live-Standorts jederzeit beenden. Sobald die vorher festgelegte Dauer abgelaufen ist oder das Teilen des Live-Standorts manuell beendet wurde, wird der Live-Standort nicht mehr geteilt.

Personen, mit denen du deinen Live-Standort geteilt hast, sehen weiterhin diesen Standort als statisches Miniaturbild, auf das sie tippen können, um deine zuletzt aktualisierte Position zu sehen.

Diese Funktion ist Ende-zu-Ende-verschlüsselt, was bedeutet, dass niemand deinen Live-Standort sehen kann, außer die Personen, mit denen du ihn teilst. Mehr über deine Sicherheit auf WhatsApp erfährst du unter WhatsApp-Sicherheit. Lies auch unsere Datenschutzrichtlinie, um weitere Informationen zu den Datenschutzpraktiken von WhatsApp zu erhalten.

Standortberechtigungen auf deinem Telefon erteilen

1. Öffne die **Einstellungen** deines Geräts und tippe auf **Apps**.
2. Tippe auf **WhatsApp** > **Berechtigungen** > **Standort**.
3. Aktiviere **WhatsApp**.
 - Wähle zwischen **Zugriff nur während der Nutzung der App zulassen**, **Jedes Mal fragen** und **Nicht zulassen**.

DEINEN LIVE-STANDORT TEILEN

1. Öffne einen Einzel- oder Gruppenchat.
2. Tippe auf



> STANDORT > LIVE-STANDORT TEILEN.

- Tippe auf **Weiter**, wenn du dazu aufgefordert wirst.
3. Wähle die Dauer aus, für die du den Live-Standort teilen möchtest. Dein Live-Standort wird nach Ablauf der gewählten Dauer nicht mehr geteilt.
 - Du kannst auch einen Kommentar und ein Emoji hinzufügen.
4. Tippe auf



So beendest du das Teilen deines Live-Standorts in einem Einzel- oder Gruppenchat:

1. Öffne den Einzel- oder Gruppenchat.
2. Tippe auf **Teilen beenden** > **Beenden**.

SO BEENDEST DU DAS TEILEN DEINES LIVE-STANDORTS IN ALLEN EINZEL- UND GRUPPENCHATS:

1. Tippe auf dem Chats-Tab auf



> EINSTELLUNGEN > DATENSCHUTZ > LIVE-STANDORT.

2. Tippe auf **Teilen beenden** > **Beenden**.

Hinweis: Du kannst die Standortberechtigung für WhatsApp jederzeit ausschalten, indem du in den **Einstellungen** deines Geräts unter **Apps** > **WhatsApp** > **Berechtigungen** > **Standort** die Option **Nicht zulassen** auswählst.

Live-Standort kann nicht gefunden werden

Facebook Places und Google Maps stellen uns das Kartenmaterial und Informationen zu Orten bereit.

Wenn deine Position bei Nutzung der „Live-Standort teilen“-Funktion in WhatsApp nicht gefunden werden kann, wende dich an diese Anbieter von Standortdaten.

LIVE-STANDORT VERWENDEN

Mit dem Live-Standort kannst du deine Position in Echtzeit mit Mitgliedern eines Einzel- oder Gruppenchats teilen. Dabei hast du die Kontrolle darüber, ob und wie lange du deinen Live-Standort teilst. Du kannst das Teilen deines Live-Standorts jederzeit beenden. Sobald die vorher festgelegte Dauer abgelaufen ist oder das Teilen des Live-Standorts manuell beendet wurde, wird der Live-Standort nicht mehr geteilt.

Personen, mit denen du deinen Live-Standort geteilt hast, sehen weiterhin diesen Standort als statisches Miniaturbild, auf das sie tippen können, um deine zuletzt aktualisierte Position zu sehen.

Diese Funktion ist Ende-zu-Ende-verschlüsselt, was bedeutet, dass niemand deinen Live-Standort sehen kann, außer die Personen, mit denen du ihn teilst. Mehr über deine Sicherheit auf WhatsApp erfährst du unter [WhatsApp-Sicherheit](#). Lies auch unsere [Datenschutzrichtlinie](#), um weitere Informationen zu den Datenschutzpraktiken von WhatsApp zu erhalten.

STANDORTBERECHTIGUNGEN AUF DEINEM TELEFON ERTEILEN

1. Öffne die **Einstellungen** deines Geräts und tippe auf **Datenschutz & Sicherheit**.
2. Tippe auf **Ortungsdienste > WhatsApp > Immer**.

DEINEN LIVE-STANDORT TEILEN

1. Öffne einen Einzel- oder Gruppenchat.
2. Tippe auf



> STANDORT > LIVE-STANDORT TEILEN.

- Wenn du dazu aufgefordert wirst, tippe auf **OK**.
3. Wähle die Dauer aus, für die du den Live-Standort teilen möchtest. Dein Live-Standort wird nach Ablauf der gewählten Dauer nicht mehr geteilt.
 - Du kannst auch einen Kommentar und ein Emoji hinzufügen.

4. Tippe auf



So beendest du das Teilen deines Live-Standorts in einem bestimmten Einzel- oder Gruppenchat:

1. Öffne den Einzel- oder Gruppenchat.
2. Tippe auf **Teilen beenden** > **Teilen beenden**.

SO BEENDEST DU DAS TEILEN DEINES LIVE-STANDORTS IN ALLEN EINZEL- ODER GRUPPENCHATS:

1. Öffne WhatsApp > **Einstellungen** > **Datenschutz** > **Live-Standort**.
2. Tippe auf **Teilen beenden** > **Teilen beenden**.

Hinweis: Du kannst jederzeit die Standortberechtigung für WhatsApp ausschalten, indem du die **Einstellungen** deines Geräts öffnest und unter **Datenschutz & Sicherheit** > **Ortungsdienste** > **WhatsApp** die Option **Nie** auswählst.

Live-Standort kann nicht gefunden werden

Facebook Places und Google Maps stellen uns das Kartenmaterial und Informationen zu Orten bereit.

Wenn deine Position bei Nutzung der „Live-Standort teilen“-Funktion in WhatsApp nicht gefunden werden kann, wende dich an diese Anbieter von Standortdaten.

Per Smartphone lässt sich ganz einfach ein automatischer Notruf absetzen. Mit iPhones ist seit 2017 ein automatischer Notruf per vorinstallierter Tastenkombination möglich. Android-Geräte haben seit Jahren einen Notfallassistenten an Bord. So bereiten Sie Ihr Smartphone mit wenigen Schritten auf Notfallsituationen vor.

NOTRUF MIT DEM IPHONE: FUNKTION "NOTRUF SOS"

Mit der Funktion Notruf SOS rufen Sie schnell und einfach den Rettungsdienst. Die Funktion steht iPhone-Nutzern ab Version iOS 11 zur Verfügung. Der iPhone-Notruf funktioniert auch, wenn Datenvolumen oder Prepaid-Guthaben bereits aufgebraucht sind. Ist das Mobilfunknetz des eigenen Providers nicht verfügbar, verbindet sich das Smartphone automatisch mit dem stärksten Handynetzz vor Ort.

So setzen Sie mit einem **iPhone 8 oder neueren Modellen** einen automatischen Notruf ab:

- Die **Seitentaste** und einen der **Lautstärkeregler** drücken, bis der Regler Notruf SOS erscheint.
- Ziehen Sie den **Schieberegler**, um einen Notruf abzusetzen.
- Wenn Sie die Tasten gedrückt halten, startet ein **Countdown**. Ist der Countdown abgelaufen, wird der Notruf automatisch gestartet.
- Nutzer **älterer iPhone-Modelle** (iPhone 7 und älter) drücken die Power-Taste fünf Mal schnell hintereinander. Danach erscheint der SOS-Schieberegler.

Wenn Sie Notfallkontakte hinterlegt haben, werden auch Freunde und Verwandte per SOS-Textnachricht informiert. iPhone-Besitzer können persönliche Notfallkontakte in den Notfallpass ihrer Health-App eintragen. Hier können Sie auch wichtige Gesundheitsdaten wie Allergien, Blutgruppe oder Medikamente hinterlegen. Mit dem automatischen Notruf wird auch der Standort des Anrufers durchgegeben – selbst wenn die **GPS-Ortungsdienste** standardmäßig deaktiviert sind. Die Standort-Freigabe lässt sich danach jederzeit wieder aufheben.

Notrufe können ab iOS 14.5 auch mit **Siri** durchgeführt werden. Fügen Sie in der Health-App Ihren Notfallkontakt hinzu und aktivieren Sie die Sprachassistentin. Siri wird diesen Kontakt anrufen, wenn Sie Hilfe benötigen. Zusätzlich werden die Standortdaten durchgegeben.

Auch über die **Apple-Watch** können Sie die SOS-Funktion nutzen. Um den Notruf zu starten, muss jedoch das iPhone in der Nähe sein. Die Uhren der neuesten Generation erkennen die Notrufnummern im Ausland anhand der Standortinformationen.

Alle Android-Smartphones ab Version 5.0 verfügen über einen **Notfallassistenten**. Dieser wird gestartet, indem Sie drei Mal auf den Hauptschalter drücken. Der Assistent schickt eine SOS-Nachricht mit Fotos oder Audionachrichten an die hinterlegten Notfallkontakte. Der Notfallassistent muss einmalig in den Systemeinstellungen eingerichtet werden. Auch bei Android-Geräten lassen sich Notfallinformationen wie Medikamente, Allergien oder die Blutgruppe hinterlegen. Je nach Gerät und Android-Version kann die Einrichtung variieren.

Wer ein Samsung-Gerät besitzt, kann zusätzlich den **Notfallmodus** nutzen. Dieser fährt das Gerät auf die wichtigsten Funktionen herunter, damit der Akku durchhält. Im Notfallmodus sind folgende Funktionen verfügbar:

- Notruf wählen
- Persönliche Notrufkontakte kontaktieren
- Eigenen Standort an Kontakte durchgeben
- Taschenlampen-App

Der Notfallmodus Ihres Samsung-Gerätes wird angezeigt, wenn Sie die Power-Taste länger gedrückt halten. Anschließend können Sie die Funktion durch einfaches Antippen aktivieren.

PRÄZISE ORTUNG DURCH NOTRUFTECHNIK AML

Wer mit seinem Android-Smartphone oder iPhone den Notruf 112 wählt, gibt automatisch seine Standortdaten an die zuständige Leitstelle durch – auch wenn der Nutzer die Ortungsdienste deaktiviert hat. Die Daten werden per SMS übermittelt, bei Android-Geräten zusätzlich übers Internet. Die Notruf-Technik ist besonders dann von Vorteil, wenn der Anrufer den Unfallort nicht präzise beschreiben kann. Die Rettungsleitstelle kann die Position des Anrufers bis auf wenige Meter genau bestimmen. Smartphone-Nutzer müssen keine zusätzliche App installieren. Außerdem werden die Standortdaten nach dem Notruf wieder gelöscht.

Die präzise Positionsbestimmung ist durch die Technik Advanced Mobile Location (AML) möglich. Apple hat den Dienst ab iOS 11.3 integriert, auf Android-Smartphones funktioniert AML ab Android 4. Inzwischen sind 99 Prozent der deutschen Leitstellen mit AML ausgestattet.

NOTFALLPASS

NOTFALLPASS EMERGENCY PASSPORT

vom / Date:

Geburtsdatum
Date of birth

Organspender
Organ donor

ja / yes
nein / no

Allergien/Unverträglichkeiten
Allergies/Intolerances

Chronische Krankheiten
Chronic illnesses

Spezielles/Wichtiges
Special/Important

NOTFALLPASS • EMERGENCY PASSPORT

Regelmäßige Medikamente
Regular medication

Hausarzt
Family doctor

Im Notfall benachrichtigen
Notify in case of emergency

Wichtige Telefonnummern in Deutschland / Important telephone numbers for Germany

EURO NOTRUF	112	EURO EMERGENCY	112
POLIZEI NOTRUF	110	POLICE EMERGENCY	110
KASSENÄRZTLICHER DIENST	116 117	MEDICAL SUPPORT PHYSICIAN	116 117
KRANKENTRANSPORT	19222	MEDICAL TRANSPORT TEAM	19222
VERGIFTUNGSINFORMATION	0351 730 730	POISON INFO CELL	0351 730 730