

Selbstverteidigung beim Deutschen Roten Kreuz



Wie bereits in den letzten Jahren fand am 02.09.2025 ein Selbstverteidigungskurs für angehende Notfallsanitäter und Notfallsanitäterinnen beim Deutschen Roten Kreuz in Rockenhausen statt. Dies ist Bestandteil in der 3-jährigen beruflichen Ausbildung. Der Kurs war für alle neuen Auszubildende des gesamten Rettungsdienstes Westpfalz, der insgesamt 13 Rettungswachen in den Landkreisen Kaiserslautern, Donnersberg und Kusel unterhält. Geleitet wurde der Kurs von Gerhard Jung vom Jiu-Jitsu-Karate Rockenhausen e.V. Anhand von praxisnahen Fallbeispielen lernten die 15 Azubis mit einfachen Techniken eine gewisse Sicherheit zu erreichen, z.B. wie man einen Schlag abwehrt. Auch selbstsicheres Auftreten kann schon deeskalierend wirken und im besten Fall können die Rettungskräfte Konflikte entschärfen, bevor sie eskalieren. Es hat allen Spaß gemacht und ist eine Bereicherung in der abwechslungsreichen Ausbildung.