

Gruppenarbeitsheft Teil C:

# Ich kann **erste Hilfe leisten!**



## **Ich kann erste Hilfe leisten!**

Ich kann helfen; ich kann erste Hilfe leisten.

Du kannst vielen Menschen an vielen Orten helfen.

Du kannst Mama und Papa helfen!

Du kannst Oma und Opa helfen!

Hast du auch schon einem deiner Nachbarn geholfen?

Hast du schon im Kindergarten der Erzieherin geholfen?

Hast du gewusst,

dass du auch anderen Menschen in Not helfen kannst?

## Ein didaktischer Hinweis:

Zunächst sollte mit den Kindern auf die täglich möglichen Situationen eingegangen werden, in denen sie anderen Menschen in ihrer Umgebung eine große Hilfe sein können.

Durch dieses Vorgehen ist es dann vom Helfen im Alltag zum speziellen Helfen im Rahmen der ersten Hilfe kein großer Schritt mehr.

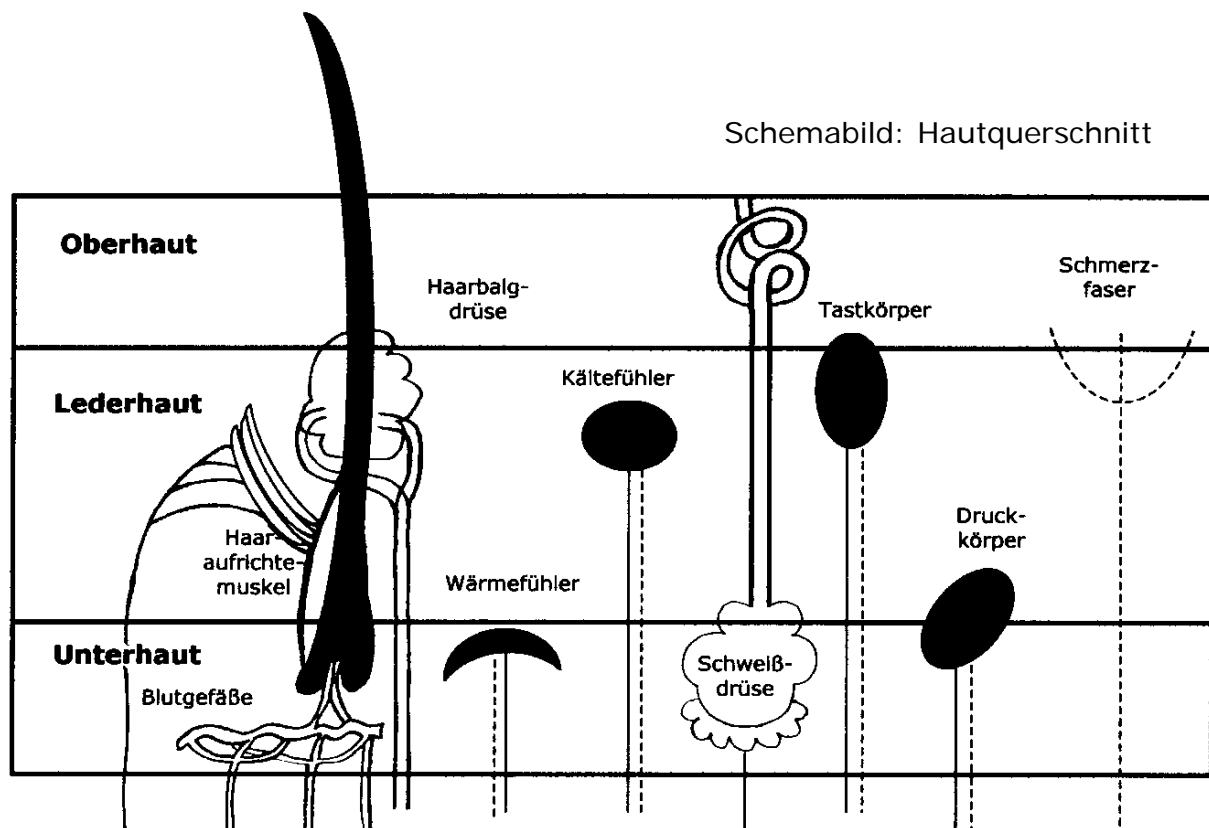
## Die Haut

### Erzieherinfo

Die Haut umgibt den ganzen Körper als Hülle und schützt ihn gegen mechanische Einwirkung, gegen Lichteinflüsse, Krankheitserreger und vor allem gegen Flüssigkeitsverlust, denn ohne Haut würde der Körper rasch austrocknen.

Die Haut hilft weiterhin die Körpertemperatur zu regeln und ist ein Sinnesorgan, denn der Tastsinn und die Temperaturempfindung des Menschen werden durch sie vermittelt.

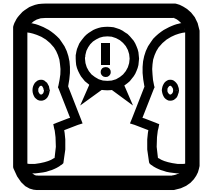
Die Haut besteht aus 3 Schichten: der Oberhaut, der Lederhaut und der Unterhaut mit ihren spezifischen Elementen.



## Umsetzungsmöglichkeiten mit Kindern

### Gespräche

- Was meine Haut alles kann:  
unterscheiden zwischen warm/kalt, hart/weich, rau/glatt



- Was passiert, wenn die Haut verletzt wird?

Wenn man sich aufschürft, kratzt oder auch schneidet wird die Haut verletzt.

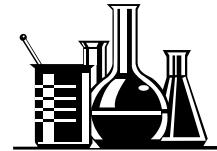
Wenn die Haut verletzt ist, tritt Blut aus und verkrustet nach einiger Zeit. Die Haut ist ein Schutzmantel, sie wächst bei Verletzung wieder nach.

#### **Dazu: Apfel (oder Tomaten)- Test:**

Die Schale eines Apfels wird angeritzt.

Dabei geht die Schale kaputt und der Saft läuft aus.

Nach einiger Zeit wird der Apfel an der entsprechenden Stelle braun und verklebt.

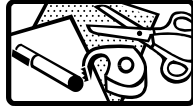


## Kimspiele

- Tastsinn



## Kreatives zum Thema



- Hautdruck
 

Mit einem weichen Bleistift wird ein dicker Fleck auf ein Blatt Papier gemalt.

Anschließend reiben die Kinder mit einem Finger über den Bleistiftfleck. Nun wird ein Stück Klebestreifen über den Finger geklebt, wieder abgezogen und auf ein weißes Blatt geklebt.

Nun ist der Fingerabdruck deutlich zu erkennen.

Gemeinsam können die unterschiedlichen Fingerabdrücke verglichen werden.

Auf gleiche Weise kann die Haut an anderen Körperstellen (Ellbogen, Bein, Zehen, Handfläche) deutlich gemacht werden.
- Beobachten der Haut durch eine Lupe
- Wunden einfach schminken
 

Ohne großen Aufwand können kleine Verletzungen, wie auf Seite 79 näher beschrieben, mit Fingerfarben, Malkreide oder Lippenstift und mit einem Kamm als Werkzeug **angedeutet** werden. Mit etwas Übung (nach ein paar Selbstversuchen) gelingt das **zum Zwecke der Andeutung** sehr gut. Es geht **nicht** darum Kinder durch bluttriefende Darstellungen in Angst und Schrecken zu versetzen (Vorsicht: Manche Kinder können hier sehr stark reagieren), sondern lediglich den Ort/Bereich einer Wunde zu bestimmen und damit auch den passenden „Sitz“ des Verbandes erkennen.

**Beispiel Schürfwunde:** Mit einer der oben genannten Farben wird ein (kleiner) roter Wundbereich auf eine typische Körperstelle (Handballen, Knie, Ellbogen) gemalt. Werden anschließend die Zinken eines Kamms (mehrfach) darüber gezogen, entstehen die für Schürfwunden typischen (auf die richtige Ausrichtung der Striche achten!) Strichmarken. Das Prinzip ist bei manchen anderen Wunden gleich. Bei der Schnittwunde wird mit dem (roten) Lippenstift ein Wundbereich gezeichnet und mit z. B. einem Endzinken des Kamms mittig gerade darüber gezogen. So wird der angenommene Schnitt sichtbar. Bei Riss- oder Platzwunden wird auch so vorgegangen, nur die Linie wird unregelmäßig gezackt ausgeführt.

Haben Sie Interesse? Beim Roten Kreuz können Sie sicher einmal beim Schminken einer Wunde durch einen Fachmann/eine Fachfrau in realistischer Unfalldarstellung (RUD) mit Profimaterial zusehen. Fragen Sie doch einfach einmal nach!

## Die Wundversorgung

### Erzieherinfo

Das wesentliche Mittel jeder Wundversorgung ist der **Verband**, denn er wirkt sowohl **blutstillend** als auch **schmerzlindernd** und durch Verwendung von geeignetem Verbandsmaterial kann die **Infektionsgefahr** erheblich gemindert werden. Jeder Verband besteht aus einer keimarmen Wundauflage und deren Befestigung.

Bei der Wundversorgung sind bestimmte **Grundsätze** zu beachten:

- Jede Wundversorgung wird am sitzenden oder liegenden Verletzten durchgeführt.
- Die Wunde darf nicht berührt oder ausgewaschen und keinesfalls mit Puder, Salben oder Sprays, bzw. Desinfektionsmitteln behandelt werden.
- Wie so oft gibt es auch hier Ausnahmen wie die Wasseranwendung bei Verbrennungen oder Verätzungen.
- **BEI BLUTENDEN WUNDEN IMMER MIT INFektionSSCHUTZ-HANDSCHUHEN ARBEITEN !!!**

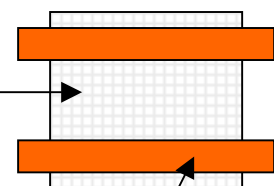
Aber auch nach Anlegen eines Verbandes muss jede Wunde sobald als möglich einem Arzt gezeigt werden (Tetanusschutz!).

Es gibt verschiedene Methoden einen Verband anzulegen bzw. eine Wundversorgung durchzuführen:

- **Pflasterwundverband:**  
Er dient zum Bedecken kleiner, nicht stark blutender Wunden an praktisch allen Körperstellen.

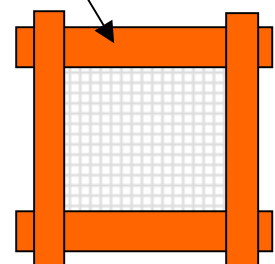


Wundauflage



Heftpflaster-Streifen

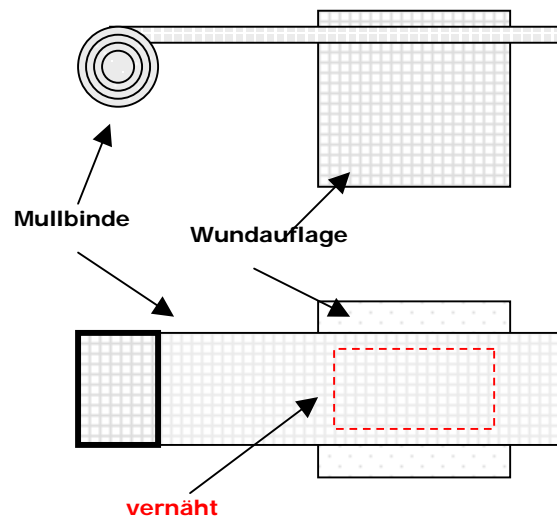
- **Heftpflasterverbände:**  
Mit Heftpflaster werden Wundauflagen auf der Haut befestigt. Als Rahmenverband wird ein Rahmen um die Wundauflage herum geklebt), oder als Streifenverband werden zwei Streifen über die Wundaufgabe geklebt).



- **Bindenverband:**

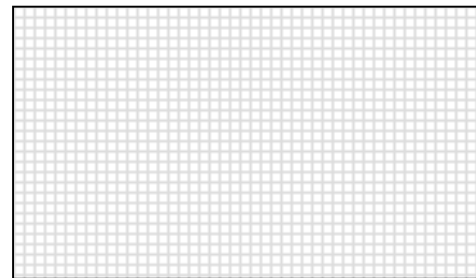
Es wird die Wundauflage mit einer Binde über der Wunde fixiert.

- Beim „**Verbandpäckchen**“ handelt es sich auch um eine Mullbinde und eine Wundauflage. Beide sind aber bereits durch Nähte fest miteinander verbunden und so verpackt.



- **Verbandtuch:**

Mit dem „**Verbandtuch**“ können auch großflächige Wunden (auch Brandwunden) bedeckt werden.



# 1. Offene Wunden

## Erzieherinfo

Eine Wunde entsteht durch äußere Einwirkung, z.B. durch Gewalt, Hitze, Kälte oder durch chemische Stoffe, die die Haut verletzen. Dabei wird die schützende Funktion der Haut gegenüber Keimen der Außenwelt aufgehoben. Die Gefahren einer Wunde sind Blutung, Infektion und Schmerz. Je nach Art der Gewalteinwirkung kommt es zu verschiedenartigen Verletzungen, die sich in charakteristischer Weise unterscheiden:

**Schürfwunden** betreffen vorwiegend die Oberhaut, die Blutung fehlt oder ist gering sie nässen später stark, bilden unter Umständen eine große Infektionsgefahr und ihre Heilung erfolgt unter Schorfbildung.

**Schnittwunden** können alle Gewebsschichten bis zum Knochen durchdringen und bluten sehr stark. Ihre Wundränder sind glatt und klaffen häufig. Die Infektionsgefahr ist hier klein und die Heilung erfolgt allgemein rasch.

**Risswunden** bluten häufig geringfügig. Die Wundränder sind unregelmäßig, eine Heilung wird sich verzögern, wenn die Wunde nicht chirurgisch versorgt wird. Bei Risswunden ist die Gefahr der Infektion ziemlich groß.

**Platzwunden** entstehen durch stumpfe Gewalteinwirkung, bevorzugt auf Hautstellen, die unmittelbar auf den Knochen liegen, so an den Augenbrauen, dem Schädel oder an der Schienbeinkante. Die Blutung ist oft stark und die Wundränder sind unregelmäßig. Es besteht eine erhöhte Infektionsgefahr, durch die die Heilung verzögert werden kann. Die Wunde sollte chirurgisch versorgt werden.

**Quetschwunden** entstehen durch überstarkes Zusammenpressen von Gewebe. Dadurch kommt es zu Gefäßverletzungen, die zu Blutergüssen führen. Die Blutung nach außen ist bei Quetschungen gering, die Wundränder sind unregelmäßig und es besteht eine große Gefahr der Infektion. Die Heilung dieser Verletzung ist meist wesentlich verzögert.

### Ein wichtiger Hinweis für Sie:

**Kopfverletzungen** sind meist mit stark blutenden Wunden verbunden. Ganz wichtig ist, dass Sie bei einer realen oder vermuteten

**Gewalteinwirkung auf den Kopf** sehr überlegt und umsichtig handeln (nicht Bagatellisieren!).

Klagt das Kind in der Folge über Übelkeit oder muss es sich gar erbrechen, kann eine schwere Gehirnerschütterung vorliegen. Tätigen oder veranlassen sie in einem solchen Fall umgehend einen Notruf.

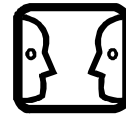
Sollte das Kind bewusstlos werden - aber noch atmen - ist es in die Seitenlage zu bringen. Achten Sie darauf, dass der Mund- und Rachenraum frei ist und bleibt.

---

## Umsetzungsmöglichkeiten mit Kindern

### Gespräche

- Warum ist die Versorgung einer Wunde wichtig?
  - Wie wird eine **kleine Wunde** sachgerecht versorgt?
  - Wann wird ein Heftpflaster und wann ein benötigt?
    - ☞ Pflasterverband bei kleinen Verletzungen
- Achtung: Klebefläche nicht auf die Wunde bringen!
- ☞ Wichtig bei der Wundversorgung:
    - Wunde nicht berühren!
    - Wunde nicht auswaschen!
    - keine Salben, Puder, Hausmittel, ... !
    - Fremdkörper bleiben in der Wunde!



Verbandpäckchen

### Bilderbücher, Geschichten

- Geschichte: Aua, das tut weh



### Rollenspiele



- Im Rollenspiel kann der Umgang sowohl mit dem Pflaster als auch mit dem Verbandpäckchen geübt werden. Dabei kann die Wunde mit einem roten Schminkestift dargestellt werden.

### Kreatives zum Thema

- Klebetest
 

Die Kinder versuchen, Heftpflaster auf nasse und „fettige“ eingecremte Haut zu kleben. Sie stellen fest, dass Heftpflaster nur auf trockener, sauberer Haut haftet.

Weitere Hinweise: Auch wenn Pflaster zu alt, ist klebt es nicht mehr richtig
- ☞ gemeinsam mit den Eltern können die Kinder prüfen, wie es um die Pflaster im Arznschrank oder im Autoverbandkasten bestellt ist.
- Pflastergesichter
 

Heftpflaster werden auf die Finger geklebt und erhalten mit Filzstiften ein „Gesicht“. Nun können die Pflastergesichter sich gegenseitig z.B. Geschichten erzählen. Eventuell kann gemeinsam ein Fingerspiel erfunden werden.
- Bilder malen
  - die Verletzung
  - die Hilfsmaßnahmen



- Heuaufguss  
Durch diesen Versuch, sollen die Kinder erkennen, warum es wichtig ist, dass kein Schmutz mit Krankheitserregern in die Wunde gelangt. Mit den Kindern wird gemeinsam ein „Heuaufguss“ angesetzt, indem in ein Glas Wasser etwas Heu gegeben wird. Dieses Glas wird nun eine Woche lang an einen sonnigen Platz gestellt. Nach dieser Zeit haben sich einzellige Lebewesen (so klein sind auch die Krankheitserreger) entwickelt, die unter dem Mikroskop zu erkennen sind.

**Bilddokumente:  
Wunden schminken und verbinden**



Alle Bilder: Manuela Schütz

Handverbände mit Verbandmaterial in Kindergröße werden gegenseitig angelegt:



**Hinweis:**

Verbandmaterial in Kindergröße wird z.B. von der Firma Söhngen angeboten.

## Eine Unfallgeschichte

### Klettern ist ja so - oooohhhhhh

Am Nachmittag sind nicht mehr alle Kinder im Kindi. Das Wetter ist sehr schön. Alle Kinder wollen nach draußen auf den Spielplatz. Kaum hat Nicole, die Erzieherin von der zweiten Gruppe, die Tür in den Garten geöffnet, rennt Benjamin los zu seinem Lieblingsspielgerät, dem Klettergerüst. Er will zuerst dort sein. Und weil Benjamin auch als erster oben sein will, macht er alles ganz schnell:

Er rennt schnell mit seinen Beinen.  
Er greift schnell mit seinen Händen nach den Stangen und Tauen.  
Er zieht mit den Armen schnell seinen Körper nach oben.  
Gleich ist er oben angekommen.  
Alles geht jetzt so schnell, dass er gar nicht sofort bemerkt, wie er mit seinen Händen die letzte Querstange verfehlt und ins Leere greift.



Auch jetzt geht wieder alles sehr schnell – aber nun nach unten. Beim Fallen kann er noch nach einem Tau greifen, sich aber nicht mehr richtig fest halten. Er rutscht mit den Händen um das Tau nach unten.

Als er in der nächsten Sekunde auf dem Sandboden unten ankommt, spürt er einen heftigen Schmerz in seiner Hand. Benjamin weint laut. Die Handfläche ist rot und blutet jetzt auch etwas an verschiedenen Stellen.

Nicole tröstet ihn zunächst und geht dann mit ihm zum Verbandkasten im Kindergarten. Nachdem sie die dünnen Gummihandschuhe aus dem Kasten angezogen hat, verbindet sie ihm ganz vorsichtig seine Schürfwunde mit einem Handverband. Sie braucht dazu eine Wundauflage und eine Mullbinde. Das tut Benjamin gut. Seine Wunde schmerzt auch schon nicht mehr so stark. Jetzt kann auch kein Blut mehr fließen. Nicole sagt, dass die Schürfwunde nun auch geschützt ist und kein Schmutz mehr in die Wunde kann.

Die anderen Kinder staunen über seinen Verband an der Hand.

Benjamin findet klettern immer noch toll, ist aber in Zukunft beim Klettern vorsichtig.

(Martin Mayer)

## Bild als Impuls: Klettergerüst



## Beulen - Quetschungen

### Erzieherinfo

Quetschungen entstehen durch überstarkes zusammenpressen von Gewebe. Dadurch kommt es zu Gefäßverletzungen, die zu Blutergüssen führen, die das betroffene Gebiet erheblich anschwellen lassen.

*Erkennen:*

- Blauverfärbung des betroffenen Gebietes
- Schwellung
- Schmerzen

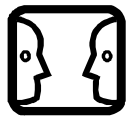
*Gefahren:*

- Schock

*Maßnahmen:*

- Kühlen
- evt. Schockbehandlung

## Umsetzungsmöglichkeiten mit Kindern



### Gespräche

- Prävention: Wo kann ich mich quetschen?
- Welche Maßnahmen muss man bei Beulen und Quetschungen ergreifen?

### Rollenspiele

- Umgang mit dem Kühlkompressen üben  
Das Kühlen ist wichtig, damit die Beule nicht so stark anschwillt und die Schmerzen zurückgehen (durch das Zusammenziehen der Blutgefäße wird die Blutung nach innen verringert).



### Kreatives zum Thema

- Basteln von Kühlsäckchen  
Gemeinsam mit den Kindern wird Eis hergestellt. Nun wird das Eis z.B. in Gefrierbeutel verpackt und in einen Waschhandschuh oder anderen Stoff gepackt und zugebunden.
- Wandcollage Kühlsäckchen aus Tonpapier
- Bilder malen:
  - die Verletzung
  - die Hilfsmaßnahmen



## Verbrennungen

### Erzieherinfo

**Verbrennungen** entstehen durch Berührung mit heißen Gegenständen, Flüssigkeiten, Dämpfen, Gasen und offenem Feuer sowie durch elektrischen Strom oder Sonnenlicht (künstlich wie natürlich).

Wunden die durch kochendes Wasser oder Wasserdampf verursacht werden, nennt man **Verbrühungen**.

Die Schwere der Schädigung hängt von der Temperatur und ihrer Einwirkungsdauer ab.

**Erkennen:** - Rötung der betroffenen Stelle  
- Schmerzen  
- Schwellung  
- evt. Blasenbildung

**Gefahren:** - Schock

### Maßnahmen:

Bei beiden Arten der thermischen Schädigung (Verbrennung, Verbrühung) erfolgt zunächst die Maßnahme der sofortigen **Kühlung**, unabhängig von Grad und Ausdehnung der Schädigung. Dabei wird die verbrannte Körperpartie so lange mit möglichst handwarmem Wasser gespült oder in handwarmes Wasser getaucht, bis eine Schmerzlinderung erreicht ist, die meistens nach 20 Minuten eintritt. Diese Kühlung lindert die starken Schmerzen. Wegen der schnellen Unterkühlungsgefahr bei Kindern sollten unbeteiligte Körperstellen möglichst **nicht benässt** werden (insbesondere, wenn es sich um kaltes Wasser handelt).

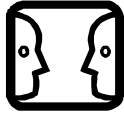
Anschließend sollte die Brandwunde keimfrei bedeckt werden, um das Eindringen zusätzlicher Krankheitserreger zu verhindern.

Als Verbandmittel kommt das übliche Verbandmaterial in Frage. Spezielle Brandwundenverbandmaterialien (Brandwundenverbandpäckchen und Brandwundenverbandtuch) finden sich im aktuellen Verbandkasten nicht mehr.

Ebenso wichtig wie die Kühlung ist die sogenannte Schockbehandlung, d.h. beruhigend auf den Verletzten einwirken, gegebenenfalls hinlegen oder zumindest sitzen lassen. Weitere Maßnahmen sind die Verständigung des Rettungsdienstes ( je nach Schwere der Verbrennung) oder die Vorstellung bei einem Arzt.

---

## Umsetzungsmöglichkeiten mit Kindern



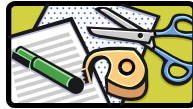
### Gespräche

- Wo kann ich mich verbrennen (Herd, Bügeleisen, Kerzen.....)?  
Was sind die wichtigsten Hilfsmaßnahmen?  
Wichtig: Auch an Gefahrenquellen, wie Dampf und Strom denken!



### Rollenspiel

- Kaltwasseranwendung üben



### Kreatives zum Thema

- Basteln von  
Kühlsäckchen (s. Beulen / Quetschungen)
- Collage: Wo kann ich mich verbrennen?
- Bilder malen
  - die Verletzung
  - die Hilfsmaßnahmen

## **Insektenstiche**

### **Erzieherinfo**

Die häufigste Ursache eines Insektenstiches ist Unachtsamkeit oder falsches Verhalten im Umgang mit Insekten. Oft passiert dies im Sommer. Die Insekten werden durch süßes Obst oder Limonade angelockt. Da die Insekten immer auf der Suche nach Nahrung sind und ihre Hauptnahrung aus Zucker besteht, empfinden sie es nur als natürlich, das Angebotene zu versuchen. Das Insekt tut aus seiner Sicht nichts Verbotenes. Den Menschen jagt dies jedoch Angst ein und sie versuchen, die Insekten zu verjagen. Das Insekt fühlt sich wiederum bedroht und wehrt sich, in dem es sticht. Manchmal landet das Insekt aber auch in einem Limonadenglas und wird dann verschluckt.

### **Der Insektenstich im Hals**

Ein Insektenstich im Mund und Rachenraum durch eine Biene, führt zu einer sofortigen Schwellung im Rachen und somit besteht die Gefahr einer Verlegung der Atemwege. Ein Anschwellen im Rachenraum bedeutet eine erhebliche Verkleinerung des Luftröhrendurchmessers. Die Folge davon ist Atemnot.

#### ***Erkennen:***

- Schmerzen
- Fremdkörpergefühl im Hals
- Atembeschwerden und
- Erstickungsangst

#### ***Gefahr:***

- Erstickung durch Zuschwellen der Atemwege

#### ***Maßnahmen:***

- Eiswürfel lutschen lassen
- Beruhigen des Kindes
- Notruf

Insektenstich auf der Haut

#### ***Erkennen:***

- Schmerzen bei Einstich und an der Stichstelle,
- Rötung der Haut,
- Schwellung der Stichstelle

#### ***Gefahr:***

- allergische Reaktion

#### ***Maßnahmen:***

- Kühlen der betroffenen Stelle und von außen mit Eiswürfel oder Wasser
  - Beruhigen des Kindes
  - ggf. Notruf
-

## Umsetzungsmöglichkeiten mit Kindern

### Gespräche

- Wann können Insektenstiche gefährlich sein?  
Was kann nach einem Stich getan werden?  
Wie lassen sich Insektenstiche vermeiden?
- Wo muss ich im Sommer besonders aufpassen (bei süßen Getränken, Eis, Kuchen aber auch barfuß im Gras)?  
**Nicht nach Bienen und Wespen schlagen!**

### Rollenspiele

- Köhlen üben  
(s. Beulen/Quetschungen, Verbrennungen)



### Kreatives zum Thema

- Biene aus Toilettenpapierrollen, Pfeifenputzern, Tonpapier
- Collage: Gefahrenquellen für Insektenstiche z.B. Eis, Getränkeglas, -flasche, -dose
- Geschichte nach Unterbrechung weitererzählen



### Wir basteln eine Biene

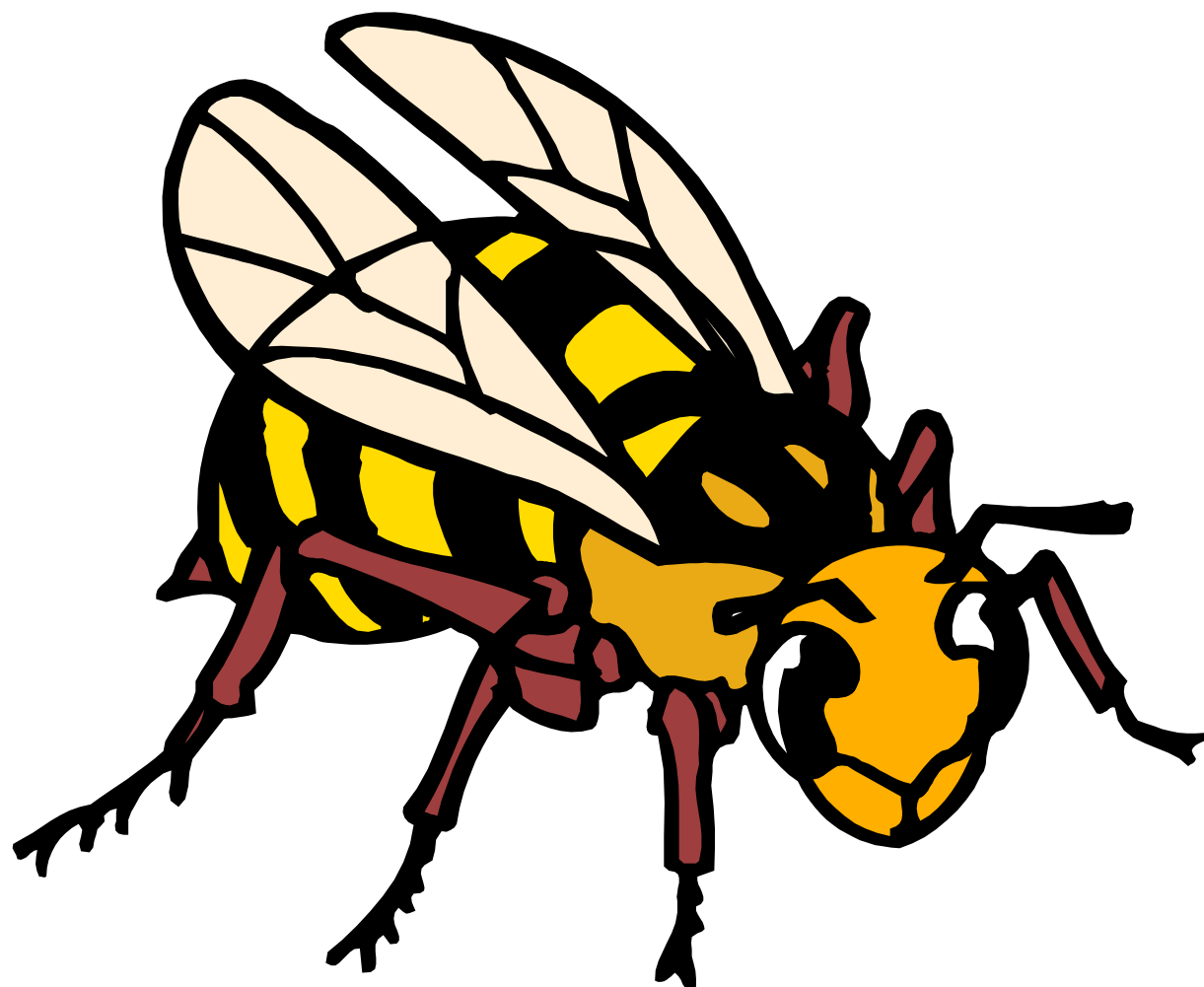
#### Material:

- Toilettenpapierrolle
- gelbes und schwarzes Tonpapier
- Pfeifenputzer
- eventuell Farbe und Pinsel
- Faden zum befestigen
- 

#### Anleitung:

- eine Toilettenpapierrolle wird gelb bemalt oder mit gelbem Papier beklebt
  - dann werden schwarze Streifen aus Tonpapier auf die Rolle aufgebracht
  - Flügel werden aus Papier geschnitten und an den Körper angeklebt
  - aus Pfeifenputzern werden Fühler an das eine Ende der Rolle angebracht
  - durch den Körper wird nun ein Faden zum Aufhängen gezogen
-

**Bild als Impuls:**



Prävention: Bild als Impuls

## Vorsicht Wespe !

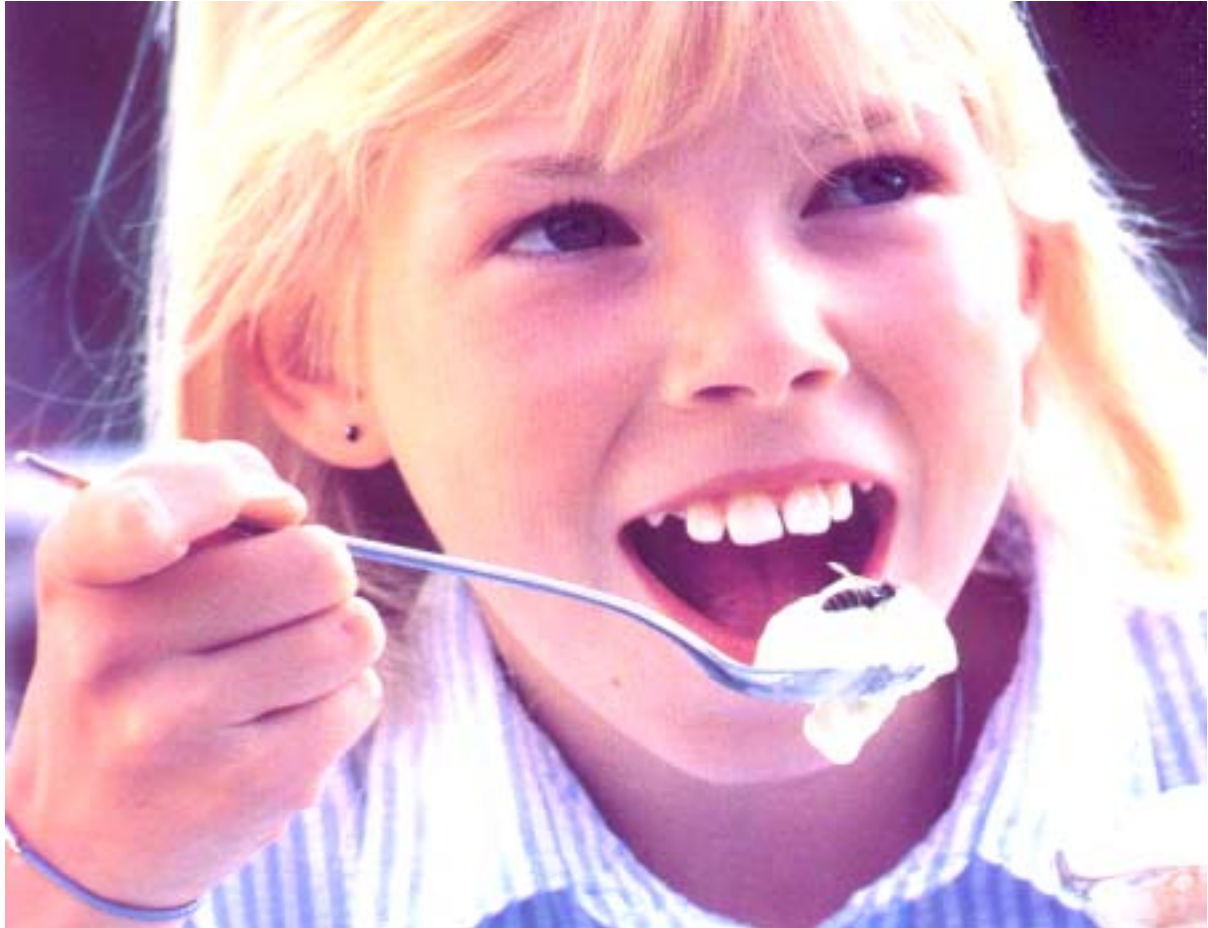
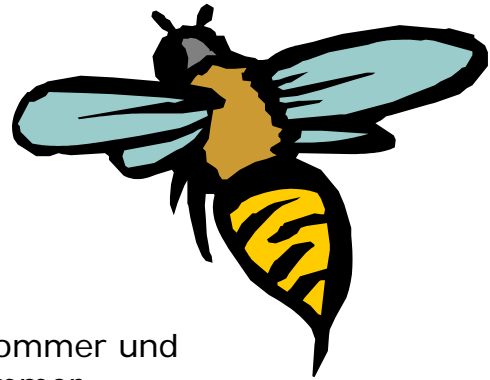


Bild: DRK-Lehrmaterial

## Vorsicht Biene! oder Noch einmal Glück gehabt !



Ich kann mich erinnern, es war im letzten Sommer und ich kann euch sagen es war ein richtiger Sommer.

So ein Sommer, wo es Temperaturen von mehr als 30 Grad Celsius gab und man nichts besseres machen konnte, als den ganzen Tag im Schwimmbad zu verbringen und die herrliche Kühle des Wassers zu genießen. Wisst ihr, wie schön das ist? Meine Freunde und ich genossen es jedenfalls sehr.

Und wenn es so heiß draußen ist, dann hat man ja selbstverständlich auch großen Durst und es ist auch richtig, dass das so ist, sonst würde unser Körper ja austrocknen.

Also, ihr könnt euch vorstellen, dass wir nicht nur das Wasser zum Schwimmen genossen haben, sondern auch unsere kalten Getränke. Jeder hatte eine eisgekühlte Limo an seinem Platz stehen und so passierte auch beinahe das Unglück:

Uschi kam gerade aus dem Wasser und war völlig erschöpft vom vielen Toben im Wasser, so dass sie sich sofort auf ihr Glas stürzte. Sie hob es hoch und setzte es an, um zu trinken. „Halt,“ rief da Bastian und Uschi setzte das Glas schnell wieder ab.

Sicher wisst Ihr was passiert war?

### Unterbrechung für die Beiträge der Kinder

Genau Bastian hatte zum Glück rechtzeitig gesehen, dass in Uschis Glas nicht nur Limonade, sondern auch eine richtig große Biene war. Hätte er nicht so gut aufgepasst, hätte Uschi getrunken und die Biene hätte sie im Mundraum gestochen. Das ist sehr gefährlich, weil wir dann leicht keine Luft mehr bekommen können.

Deshalb deckt eure Gläser und Flaschen im Freien immer ab, schaut vor dem Trinken nach, ob wirklich kein Tier in eurem Getränk ist, aber am Besten benutzt ihr gleich einen Strohhalm. Denn nicht jeder wird einen Freund haben, der im richtigen Moment aufpasst.

Text: Bea und Michael Lier

