



STAYSAFE - SCHWEIZ  
persönlich | sicher | helfen

## Dienstleistungen

### Kurse



Unsere Kurse richten sich an Einzelpersonen wie auch an Gruppen.

Der grösste Teil unserer Selbstverteidigungskurse ist spezifisch für Frauen konzipiert. Sie tragen Namen wie «Nein heisst Nein», «Nagelfeile und Kugelschreiber» oder «älter aber gewappnet».

### Vorträge/Beratung



Die Vorträge über die Notwendigkeit einer Patientenverfügung sowie einer Vorsorgevollmacht entstand aus persönlichem Interesse. Inzwischen wird dieses Referat seit über fünf Jahren regelmässig gebucht. Es entstand eine wertvolle Zusammenarbeit mit einer Notarin.

### Schulungen



Unsere Schulungen richten sich an Firmen aus dem Gesundheitswesen, Sicherheitsfirmen, Behörden und KMU's.

Von Erster Hilfe, der Schulung für das Gesundheitswesen «Umgang mit aggressiven Patienten», über zertifizierte Reanimationsschulungen nach den aktuellen Guidelines bis hin zu Zwangsmittelschulungen für Sicherheitsdienste.

### Prävention für Kinder



Die Kinder sind unsere Zukunft, Schützen wir Sie!

Im Kurs «I am my Bodyguard» lernen die Kinder auf spielerische Weise, sich in alltäglichen Konflikten und Gefahrensituationen zu behaupten. Und zwar dank einfachen und effizienten Selbstverteidigungstechniken.

**StaySafe – persönlich | sicher | helfen**

Christian Rüegg  
076 382 10 22  
kontakt@staysafe.swiss

Kontaktdaten



STAYSAFE - SCHWEIZ  
persönlich | sicher | helfen



## Erste-Hilfe-Kurse für Unternehmen

Vorbereitet für den Ernstfall –  
mit individuellen Kursen bei Ihnen im Betrieb.



Grosse Erfahrung und Fokus auf Teilnehmende

## Schulungskompetenz



Christian Rüegg

Meine Tätigkeiten (unter anderem als Mitarbeiter im Freiheitsentzug im einzigen Spitalgefängnis der Schweiz), Begegnungen mit den verschiedensten Menschen sowie geschultes Know-how bilden die Basis, um die einzelnen Themen und Aspekte von «Sicherheit» aus unterschiedlichen Betrachtungsweisen zu beleuchten. Dies und meine Erfahrungen als Trainer, Ausbildner und Instruktor führen dazu, dass meine Schulungen und Referate lebendig und sehr praxisorientiert aufgebaut sind.

Ich lege grossen Wert darauf, die aktuellen Alltagserfahrungen und die daraus entstehenden Fragen der Teilnehmenden aktiv in die Schulungen einzubauen.

Gemeinsames Lernen und Erleben stehen im Vordergrund!

### Schulungserfahrung, unter anderem:

- Kursleiter GIBZ, Zug (Berufsschule)
- Instruktor BLS/AED
- Kursleiter Ersthelfer bis Stufe 2
- Verschiedene Lehrtätigkeiten als Lehrlingsbetreuer, Geschäftsführer, Referent
- Kursleiter von Schulungen für Mitarbeitende von Sicherheitsfirmen
- Konzeptionierung und Ausarbeitung von Ausbildungsunterlagen und Leitung verschiedener auf die Kundenbedürfnisse zugeschnittener Kurse (Alters- und Pflegeheime, Bevölkerungsschutz, Feuerwehren ...)

### Aus- und Weiterbildungen

- Erwachsenenbildner SVEB
- Sicherheitsfachmann Bewachung mit eidg. Fachausweis, VSSU
- Dipl. Sicherheitsfachmann Personenschutz, Benedict Schule
- Ersthelfer IVR Stufe 3, SIRMED
- Instruktor RSG 2000 & RSG Security
- Kurs- und technischer Leiter Samariter (Kursleiter 2), SSB
- div. Kampfsporterfahrungen (über 30 Jahre), Trainer/Ausbildner

Der Fokus liegt auf der Steigerung des Sicherheitsempfindens im persönlichen und beruflichen Alltag.

Im Mittelpunkt stehen immer die individuellen Anforderungen und Bedürfnisse der Kunden.

Angst beginnt im Kopf – MUT auch!

Die richtige Vorbereitung für Notfälle in Ihrem Betrieb

## Erste-Hilfe-Kurse nach Mass

Medizinische Notfälle kommen immer ungelegen. Umso wichtiger ist deshalb eine zielgerichtete Schulung und Vorbereitung der Mitarbeitenden, damit diese in entsprechenden Situationen richtig reagieren können.

Gerne besuchen ich Sie in Ihrer Firma, erstelle gemeinsam mit Ihnen eine firmenspezifische Risikoanalyse und bespreche mit Ihnen Ihre Wünsche und Vorstellungen. Daraus erstelle ich für Sie einen eigenen, auf Sie zugeschnittenen Erste-Hilfe-Kurs nach den aktuellsten Richtlinien.

Ich decke dabei alle möglichen Wünsche ab, vom einfachsten Erste-Hilfe-Kurs für Büromitarbeitende bis hin zu spezifischem Notfallmanagement in Unternehmen mit hohem Gefahrenpotential.

### Mögliche Inhalte:

- Erkennung und Beurteilung von Notfallsituationen
- Lebenswichtige Sofortmassnahmen
- Alarmierung
- Inhalt und Anwendung der eigenen Firmenapothek
- weitere Themen nach Absprache

Kontaktieren Sie mich für eine massgeschneiderte Lösung! Selbstverständlich stehe ich auch nach einem Kurs für weiterführende Informationen und Auskünfte zur Verfügung.

Ich unterstütze und berate Sie auch gerne beim Aufbau oder bei der Ausstattung einer Betriebsanität, Anschaffung von Sanitätsmaterial (AED usw.).

### BLS-AED-SRC Kurse

Meine nach SRC zertifizierten Kurse entsprechen den aktuellsten Richtlinien und werden laufend überprüft.

Ich biete Ihnen vom Komplettkurs (4 h) über den Refresher (3 h) bis hin zum Kompaktkurs (1–2 h) alle Reanimationskurse an. Ergänzend zu den standardisierten Inhalten richte ich die Lernsituationen individuell auf Ihren Betrieb aus.

**Interessiert?** Kontaktieren Sie mich für weiterführende Informationen.

