

HERZHERO® Modul

Bewerbung um den GRC-Aktionspreis 2025

Projekt: HERZHERO® – CPR Modultrainer für den Alltag

Bewerberin: Meike Haagmans, Rettungssanitäterin & Gründerin der HERZDING UG

Motivation und Zielsetzung

Wiederbelebung entscheidet über Leben und Tod – und dennoch erlebe ich im RTW Alltag immer wieder, dass grundlegendes Wissen und Handlungskompetenz bei Ersthelfer*innen fehlen: Menschen werden trotz fehlender Atmung in die stabile Seitenlage gebracht oder bei akuten Brustschmerzen in Schocklage gelagert, weil Unsicherheit und fehlende Routine bzw. fehlendes Wissen den richtigen nächsten Schritt überlagern.

Ich komme ursprünglich aus dem Tourismus und habe mich während der COVID-Pandemie zur Rettungssanitäterin umschulen lassen. Diese **Kombination** prägt meinen Blick auf das Thema Erste Hilfe bis heute. Ich habe gelernt, medizinisch zu handeln – sehe aber gleichzeitig mit der **Laienbrille**, wo Sprache, Materialien und Trainingsformate Menschen eher abschrecken als befähigen. Genau diese Perspektive erlaubt es mir, komplexe Inhalte „herunterzurechnen“ und so aufzubereiten, dass sie verständlich, alltagstauglich und angstfrei werden.

Mit dem HERZHERO® habe ich deshalb ein Modulsystem entwickelt, das Wiederbelebung aus der Kurs- und Ausnahmesituation herausholt und in den Alltag (zu Hause, in den Schulen, in Firmen etc) integriert. HERZHERO® soll Hemmschwellen abbauen, Routine ermöglichen und Menschen Schritt für Schritt das Vertrauen geben, im Ernstfall zu handeln – ohne Leistungsdruck, ohne Fachjargon, sondern so, wie Laien wirklich lernen und üben können.



mit Metronom & Anweisungen



HERZ

inkl. Druckklötze

aus Schaumstoff, mit der Druckstärke einer realen Thoraxkompression

MATTE

nach den GRC Leitlinien für Laien
(auf deutsch, englisch und türkisch)



Beschreibung des Projekts HERZHERO®

HERZHERO® ist ein **niedrigschwelliger, bezahlbarer** Reanimationstrainer mit einem innovativem Feedbackmodul für Laien.

Kern des Produkts ist eine **Übungsmatte** mit klaren, leicht verständlichen Anleitungen (Prüfen, Rufen, Drücken) und einem integrierten **Schaumstoffherz**. Innovativ sind die austauschbare **Holzeinsätze**, welche ermöglichen eine CPR mit verschiedenen Drucktiefen üben zu können.

Dadurch wird die Herzdruckmassage anschaulich, greifbar und ohne Vorkenntnisse erlernbar. Eine ergänzende App stellt einen Metronom und kurze Videos zur Verfügung.

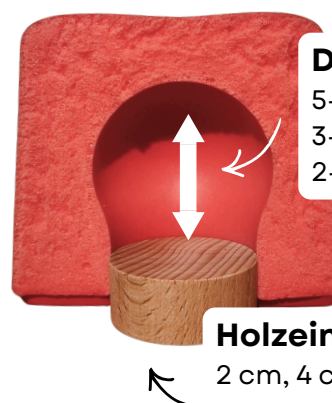
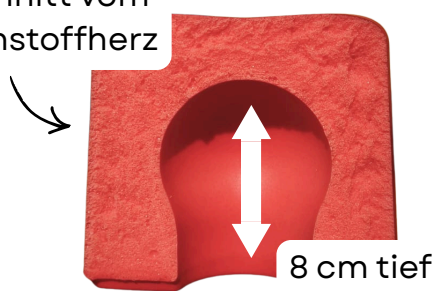
Im Gegensatz zu klassischen Reanimationspuppen oder Kursformaten ist HERZHERO®:

- jederzeit verfügbar – unabhängig von Kursen oder Terminen
- für den Hausgebrauch konzipiert und erschwinglich
- bewusst einfach gestaltet, um Hemmschwellen zu senken
- darauf ausgelegt, regelmäßiges Üben zu ermöglichen

Die HERZHERO® Modulfunktion

Das bestehende Schaumstoffherz wird durch **drei austauschbare** Holzeinsätze ergänzt. Diese ermöglichen verschiedene Drucktiefen zu üben.

Querschnitt vom
Schaumstoffherz



Drucktiefe anpassbar

5-6 cm für Erwachsene
3-4 cm für Kinder und
2-3 cm für Säuglinge

Holzeinsätze in 3 Höhen:

2 cm, 4 cm und 6 cm

Über mich:

- seit Januar 2023 Rettungssanitäterin
- 45 Jahre alt und Mutter eines 6jährigen Sohns
- 20h Teilzeit beim ASB in Düsseldorf auf dem RTW und KTW
- über 20 Jahre Erfahrung in der Tourismus- und Airlineindustrie
- Umschulung während COVID
- im Rettungsdienst geblieben, weil 

ab dem 15. Januar 26 auf www.herzding.de/herzhero

Schon lange keine Puppe mehr
GEDRÜCKT?

HERZDING.DE

In Deutschland beginnen nur ca. 45 % der Ersthelfer/innen mit einer Herzdruckmassage.

JEDES JAHR KÖNNTEN BIS ZU 10.000 MENSCHEN ÜBERLEBEN.

HERZHERO[®]

 **HERZDING**

**DRUCKTIEFE
MODUL**



drei individuelle
Feedback Module

HERZ

aus Schaumstoff, mit der
Druckstärke einer realen
Thoraxkompression



MATTE

nach den GRC Leitlinien für Laien
(auf deutsch, englisch und türkisch)

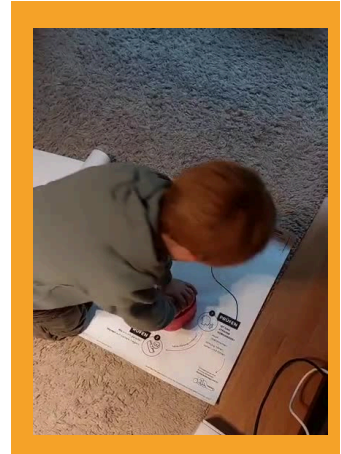
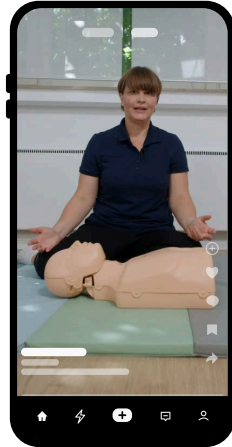
+
APP

mit Metronom & Anweisungen

Damit Erste-Hilfe-Kenntnisse nicht älter als das Führerscheinbild sind.



auch auf
englisch und
türkisch



CPR Matte und Herz +

Trainings-App

=

HERZHERO

Damit Erste-Hilfe-Kenntnisse nicht älter als das Führerscheinbild sind.