

# Cad é ba cheart dom a dhéanamh mura músclóidh an duine?

- 1 C – Déan seiceáil faoi choinne contúirte.
- 2 F – Déan seiceáil faoi choinne freagartha.
- 3 S – Muna bhfreagraíonn an duine, **SCAIRT** ar chuidiú.



- 4 A – Oscail an t-aerbhealach. Lena dhéanamh, claon a cheann siar, agus ansin tóg a smig.

- 5 A – Déan seiceáil faoi choinne gnáthanálaithe. Cuir do leiceann gar do bhéal an duine.
  - An dtig leat a anáil a mhothú?
  - An dtig leat é a chloisteáil ag tarraingt anála?
  - An dtig leat a chliabhrach ag ardú a fheiceáil?



## Eolas a chur ar... an luí téarnaimh



**1** Déan cinnte de go bhfuil cosa an duine díreach. Leag an sciathán is congaraí sa dóigh is go mbeidh an chuma air go bhfuil an duine ag croitheadh.

**2** Cuir an sciathán eile trasna a choirp. Coinnigh cúl a lámhe in aghaidh a leicinn.



**3** Beir ar an leis is faide ar shiúl uait le do lámh eile, agus tarraing a ghlúin aníos, coinnigh an chos ar an urlár. Ansin, roll an duine chugat.

**4** Socraigh an chos uachtarach sa dóigh go mbeidh an chuma air go raibh an duine ag siúl suas staighre. Claon a cheann siar leis an aerbhealach a oscailt.



**5** Cuir scairt ar **999** nó **112** le otharcharr a fháil.