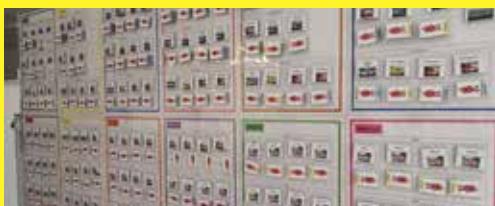


# Seminare im Bevölkerungsschutz

ASB Aus- und Weiterbildungszentrum



Wir helfen hier und jetzt.  
[www.asb-mainz.de](http://www.asb-mainz.de)

# Inhalt

ASB Aus- und Weiterbildungszentrum (AWZ) .....	3
Ausbildungen für den Bevölkerungsschutz in ASB und AWZ .....	4
ASB-Basismodul .....	6
Einsatzkräfte-Grundausbildung .....	6
Fachdienst Sanitätsdienst .....	7
Fachdienst Betreuung .....	8
Fachdienst Verpflegung .....	9
Fachdienst Technik und Sicherheit .....	10
Fachdienst Führungsunterstützung .....	11
Gruppenführer:in .....	12
Zugführer:in .....	13
Verbandführer:in .....	13
Grundlagen der Stabsarbeit .....	14
Fortbildung für Führungskräfte .....	15
BOS-Sprechfunk .....	16
Trainer:in BOS-Sprechfunk .....	16
Dynamische Patientensimulation .....	17
CBRN-Basismodul .....	18
Psychosoziale Notfallversorgung (PSNV) .....	19
Aktuelles Kursprogramm .....	20

**Arbeiter-Samariter-Bund Landesverband Rheinland-Pfalz e.V.  
Kreisverband Mainz-Bingen Aus- und Weiterbildungszentrum**

Hattenbergstraße 5 • 55122 Mainz • Telefon 06131 96 51 00  
awz@asb-mainz.de • [www.awz-mainz.de](http://www.awz-mainz.de) • [www.facebook.com/awzmainz](http://www.facebook.com/awzmainz)

Fotonachweis: ASB KV Mainz-Bingen außer ASB/Hannibal (S. 8, 10), ASB/T. Plöger (S. 18)  
Stand Januar 2023

# ASB Aus- und Weiterbildungszentrum (AWZ)

Aus den Anfängen als ASB-Rettungsschule 1996 hat sich das AWZ zu einem großen Bildungszentrum weiterentwickelt. Neben zahlreichen beruflichen Aus- und Weiterbildungsangeboten vor allem für Rettungs- und Pflegekräfte ergänzen vielfältige Seminarangebote für ehrenamtlich Aktive das Programm. Einen Schwerpunkt bilden hierbei die umfassenden Qualifizierungsmöglichkeiten für Einsatzkräfte im Bevölkerungsschutz.

Alle unsere Seminare sind auf dem neusten fachlichen Stand mit modernen Lehr- und Lernmethoden: Das „virtuelle Klassenzimmer“ ersetzt oder ergänzt den Präsenzunterricht, digitale Lehrmaterialien und innovative Lernformen stehen den Teilnehmerinnen und Teilnehmern auf unserer E-Learning-Plattform zur Verfügung.

Je nach Seminarziel und Ausbildungsinhalt stellen unsere Fachdozentinnen und -dozenten für Sie die optimale Mischung aus theoretischen Inhalten, modernen Lehr- und Lernmethoden und praktischen Übungen mithilfe innovativer Simulations-technik zusammen. Dabei stehen immer Sie als Seminarteilnehmerin oder -teilnehmer im Mittelpunkt. Für Sie gestalten wir unsere Seminare. Ihr Erfolg ist unser Ziel.



*Gerald Fuhr*  
Leitung AWZ

Infos und Aktuelles:

[www.awz-mainz.de](http://www.awz-mainz.de)  
[www.facebook.com/AWZMainz](https://www.facebook.com/AWZMainz)

Zum AWZ auf Youtube:



## Befähigung zum Einsatz in der Gefahrenabwehr als Truppführerin bzw. Truppführer



Arbeits-Sanitäts-Bund

### Sanitätsdienst

### Betreuungsdienst

### Fachdienst Verpflegung

### Fachdienst Technik, Sicherheit, Logistik

### Fachdienst Führungssupport

Aufbaumodul  
Bev-San

Aufbaumodul  
BT

Aufbaumodul  
Verpf

Feldkoch/  
Feldkochin

Aufbaumodul  
TuS

Aufbaumodul  
FÜUnt

### Grundmodule SHL und SDL

### Grundmodul

### Grundmodul Verpf

### Grundmodul TuS

### Grundmodul FÜUnt

Reihenfolge austauschbar

Befähigung zum Einsatz in der Gefahrenabwehr als Truppmann bzw. Truppfrau

### Einsatzkräfte-Grundausbildung (ASB-EGA)

Befähigung zum Einsatz in der Gefahrenabwehr

### ASB-Brandung, Bundes- und landeseinheitliche sowie Standort-spezifische Inhalte

Erste-Hilfe-Ausbildung (nicht älter als zwei Jahre)

# Ausbildungen für den Bevölkerungsschutz im ASB

Der ASB hat die Ausbildung für seine Bevölkerungsschutz-Einheiten jetzt bundesweit einheitlich geregelt. Danach durchlaufen die Einsatzkräfte im ASB eine modulare Ausbildung. Ein Erste-Hilfe-Grundkurs (nicht älter als zwei Jahre) und das ASB-Basismodul bilden die Grundlage für jeden Aktiven.

Je nach gewähltem Fachdienst bzw. angestrebter Funktion sind im Anschluss unterschiedliche Module zu absolvieren. Erst nach der Einsatzkräfte-Grundausbildung ist ein Einsatz in Gefahrensituationen möglich. Sie kann vor oder auch nach dem Grundmodul des gewählten Fachdienstes absolviert werden.

Das AWZ bietet Aktiven neben ASB-Basismodul und Einsatzkräfte-Grundausbildung auch die Ausbildungen der Fachdienste an. Zur Weiterqualifizierung finden Aktive im AWZ unterschiedliche Führungskurse und Fortbildungen. Alle Seminare entsprechen den Vorgaben des ASB-Bundesverbandes und der Arbeitsgemeinschaft Hilfsorganisationen im Katastrophenschutz (HiK).

Die AWZ-Seminare im Bereich Bevölkerungsschutz finden überwiegend an Wochenenden statt, sodass die Ausbildung für Ehrenamtliche berufsbegleitend möglich ist.



# ASB-Basismodul

Das ASB-Basismodul richtet sich an interessierte Personen, die in Bevölkerungsschutz-Einheiten des ASB aktiv werden möchten. Es vermittelt einen Überblick über die Fachbereiche und Fachdienste und informiert über die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten als Helferin oder Helfer. Das ASB-Basismodul bildet die Grundlage für alle weiterführenden Lehrgänge für Einsatzkräfte im Bevölkerungsschutz.

Teilnahmevoraussetzungen

- Abgeschlossener Erste-Hilfe-Grundlehrgang
- Anmeldung durch eine ASB-Gliederung

Dauer

- 9 Unterrichtseinheiten (1 Tag)



# Einsatzkräfte-Grundausbildung

Die Einsatzkräfte-Grundausbildung (EGA) bildet für alle neuen Helferinnen und Helfer die Grundlage für Tätigkeit als Einsatzkraft in den unterschiedlichen Fachdiensten des Bevölkerungsschutzes. Sie vermittelt Grundkenntnisse in den Bereichen Einsatz, Betreuung, Technik und Sicherheit sowie Erweiterte Erste Hilfe, und bietet einen Überblick über die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten sowie das zur Verfügung stehende Material.

Die Fachdienstausbildung für den Einsatz in einer Bevölkerungsschutz-Einheit kann vor oder nach der Ein-

satzkräfte-Grundausbildung absolviert werden. Der Einsatz als Truppemann bzw. als Truppfrau ist erst nach dem Abschluss der Einsatzkräfte-Grundausbildung und der Fachdienstausbildung möglich.

Teilnahmevoraussetzungen

- Anmeldung durch eine ASB-Gliederung
- ASB-Basismodul

Lehrgangsdauer

- 36 Unterrichtseinheiten (4 Tage)



# Sanitätsdienst

Die Einsatzkräfte im Sanitätsdienst des ASB werden im Rahmen einer Schnelleinsatzgruppe (SEG) oder einer anderen Bevölkerungsschutz-Einheit eingesetzt. Daneben stehen die Aktiven des ASB nach der erfolgreichen Sanitätsdienstausbildung bei kleinen und großen Veranstaltungen jeglicher Art bereit, um verletzte oder erkrankte Menschen zu versorgen. Im Auftrag verschiedener Veranstalter kommt Sanitätspersonal des ASB beispielsweise bei Konzerten, Fußballspielen oder Autorennen zum Einsatz.

## Grundmodul 1: Sanitätshelfer:in

Der Sanitätshelferlehrgang (SHL)

bereitet Sanitätshelfer:innen auf den einfachen Sanitätsdienst vor. Dauer 48 Unterrichtseinheiten.

## Grundmodul 2: Sanitäter:in

Der Sanitätsdienstlehrgang (SDL) bereitet fachlich auf Sanitätsdienste im Team vor.

Dauer 24 Unterrichtseinheiten.

Das **Aufbaumodul zum:zur Bevölkerungsschutz-Sanitäter:in** (BevSan) ergänzt die rettungs- oder sanitätsdienstliche Fachausbildung zur Vorbereitung auf den Einsatz im Bevölkerungsschutz.

Dauer 24 Unterrichtseinheiten.



# Fachdienst Betreuung

Ob wegen eines Bombenfundes Bewohner vorübergehend ihr Haus verlassen müssen oder nach dem Unfall eines Reisebusses dessen Insassen frierend im Regen auf der Autobahn stehen: Es ist Aufgabe des Betreuungsdienstes, die Betroffenen mit dem Notwendigsten zu versorgen. Dazu können eine warme Decke oder ein trockenes Zelt ausreichen sowie auch die Zubereitung warmer Getränke oder Mahlzeiten. Vor allem benötigen die Betroffenen menschlichen Beistand, nachdem sie zuvor aus ihrem Lebensalltag herausgerissen und sich vor

scheinbar unlösbare Probleme gestellt sehen.

Auf diese Aufgaben bereiten die Module der Ausbildung zum Betreuungsdienst vor.

Das **Grundmodul** dauert drei Tage (27 Unterrichtseinheiten) und umfasst u.a. folgende Inhalte: Einsatzlagen und Betroffene, Aufgaben der Betreuung, Phasen des Betreuungseinsatzes, Kommunikation, Betreuungsbedarfserhebung und -leistungssteuerung

Das zweitägige **Aufbaumodul** (16 Unterrichtseinheiten) erweitert und vertieft die fachspezifischen Kenntnisse für den Einsatz.



# Fachdienst Verpflegung

Speziell bei länger andauernden oder körperlich anstrengenden Einsätzen kommt der Versorgung mit Speisen und Getränken eine besondere Bedeutung zu. Auch (oder gerade) unter den zum Teil eingeschränkten Möglichkeiten im Katastrophenfall müssen hygienische Voraussetzungen berücksichtigt und ein eigenes HACCP-Konzept umgesetzt werden.

## Grundmodul zu Verpflegungshelfer:in

Verpflegungshelferinnen und Verpflegungshelfer versorgen die Betroffenen sowie auch die Einsatzkräfte vor Ort mit Getränken und Speisen. Sie betreiben die Verpflegungsausgabe und wirken als Hilfskräfte bei der Speisenzubereitung mit. So sorgen sie für einen reibungslosen organisatorischen und logistischen Ablauf des Verpflegungseinsatzes.

## Grundlehrgang zur Einsatzköchin / zum Einsatzkoch

Im Rahmen der praktischen Ausbildung wird ein Mehrtopfgericht aus frischen Zutaten zubereitet. Hierfür stehen Feldkochherde unterschiedlicher Typen zur Verfügung.

Dauer mind. 35 Unterrichtseinheiten.



## Aufbaulehrgänge für Einsatzköche und Einsatzköchinnen

Im Rahmen der praktischen Ausbildung werden unterschiedliche Schwerpunkte gesetzt, sodass die Fähigkeiten erweitert werden können.

Die erforderliche amtliche Erstbelehrung nach dem Infektionsschutzgesetz erfolgt im Rahmen des Lehrgangs.



# Fachdienst Technik und Sicherheit

Die Module Technik, Sicherheit und Logistik richten sich an Einsatzkräfte, die entweder als eigenständige Einheit oder innerhalb von Einheiten anderer Fachdienste und Fachbereiche für die Logistik und die technische Betreuung der Einsatzkräfte und der eingesetzten Einheiten zuständig sind. Neben der Stromversorgung vor Ort gehören beispielsweise die Ausleuchtung der Behandlungsplätze und Betreuungsplätze, die Wasserversorgung und das Aufstellen von Zelten und deren technische Ausstattung (Licht, Klima) sowie die Überwachung der Sicherheit im Einsatz zu diesem Aufgabenbereich.

## Inhalte

- relevante Begriffe
- Unfallverhütung
- Theoretische und praktische Fahrzeugkunde (inkl. Grundlagen der Ladungssicherung)
- Fahrzeugpflege – Herstellung der Einsatzbereitschaft
- Persönliche Schutzausrüstung
- Praktische Materialkunde (inkl. damit verbundener Gefahren)
  - Strom, Grundlagen der Stromverteilung und Beleuchtung
  - Zelte und deren Einrichtung
  - Heizung
- Bereitstellungsraum

- Wasserver- und -entsorgung
- Müllentsorgung
- Umweltschutz
- Logistik
  - Materialbeschaffung
  - Materiallagerung
  - Materialtransport
  - Materialausgabe
  - Gefahrstoffe
  - Logistikkonzepte

Die Ausbildung umfasst vier Tage.



# Fachdienst Führungsunterstützung

Der Einsatz als Personal in der Führungsunterstützung umfasst vielfältige Tätigkeiten, auf die in den modular aufgebauten Seminaren vorbereitet wird.

## Zielgruppe

- Aktive Helfer im Katastrophenschutz, die ein ASB-Basismodul und eine Fachdienstausbildung absolviert haben
- Mindestalter 18 Jahre

Das **Grundmodul** dauert einen Tag (8 Unterrichtseinheiten) und umfasst folgende Inhalte:

- Grundlagen der Führung

- Führungshilfspersonal als Lagekartenführer:in
- Führungshilfspersonal als Melder:in

Im zweitägigen **Aufbaumodul** (16 Unterrichtseinheiten), das mit einer Prüfung abschließt, werden den Teilnehmenden folgende Inhalte vermittelt:

- Aufgaben als Erkunder:in
- Aufgaben in der Dokumentation
- Aufgaben als Lagekartenführer:in
- Aufbau von Kommunikationsskizzen



# Gruppenführer:in

Speziell bei der Bewältigung von Großschadenslagen ist die kompetente Führung von Einheiten des Rettungsdienstes, von Schnell-Einsatz-Gruppen und Katastrophenschutzeinheiten von besonderer Bedeutung. Die aufeinander aufbauende Führungsausbildung vermittelt den Teilnehmenden das notwendige Wissen sowie wesentliche Fertigkeiten zur Führung von Einheiten im Allgemeinen und unter Berücksichtigung der besonderen Regelungen des Landes Rheinland-Pfalz.

## Zielgruppe

Aktive Einsatzkräfte mit einer Einsatzkräfte-Grundausbildung im Katastrophenschutz sowie einer abge-

schlossenen Fachdienstausbildung, die künftig die verantwortungsvolle und wichtige Aufgabe der Gruppenführung im Katastrophenschutz übernehmen möchten. Mindestalter 21 Jahre.

## Aus dem Inhalt

Aufgaben der Gruppenführung, Rechtliche Grundlagen, Pflichten und Verantwortung, Führungsorganisation der Gruppenführung, Führungsmittel der Gruppenführung, Führungsvorgang der Gruppenführung, Führungstheorien, Lagefeststellung, Einsatzverläufe.

## Lehrgangsdauer

64 Stunden in Präsenz plus 6 Stunden Workload im E-Learning (ges. 70 Stunden lt. FwDV 2)



# Zugführer:in

Die Führung eines Zuges bzw. einer Einsatzeinheit erfordert fundiertes Grundlagenwissen. In dieser Ausbildung eignen sich die Teilnehmenden dieses Wissen an und erwerben damit die Voraussetzung zum sachgerechten und verantwortungsvollen taktischen Führen einer Einsatzeinheit unter Berücksichtigung der besonderen Regelungen des Landes Rheinland-Pfalz.

In praxisorientierten Planspielen trainieren die Teilnehmer/innen die erworbenen Kenntnisse und Fähigkeiten, um die Einsatzeinheit bei verschiedenen Lagen effektiv und effizient führen zu können.

## Teilnahmevoraussetzungen

Erfolgreich abgeschlossener Lehrgang Gruppenführer:in plus Einsatzerfahrung

## Lehrgangsdauer

64 Stunden in Präsenz plus 6 Stunden Workload im E-Learning (ges. 70 Stunden lt. FwDV 2)

Die **Ausbildung zum/zur Verbandsführer:in** wird in Rheinland-Pfalz gemeinschaftlich durch die Arbeitsgemeinschaft Hilfsorganisationen im Katastrophenschutz (HiK) und die Landes Feuerwehr- und Katastrophenschutzakademie (LFKA) durchgeführt. Anmeldung über die Landesgeschäftsstelle der Hilfsorganisation.



# Grundlagen der Stabsarbeit

Für Großschadensereignisse und Katastrophenlagen berufen die Landkreise und kreisfreien Städte Stäbe zur Führung der eingesetzten Kräfte. Unser Lehrgang „Grundlagen der Stabsarbeit“ bereitet Führungskräfte theoretisch und in praktischen Übungen auf die verantwortungsvolle Tätigkeit im Führungsstab vor.

## Dauer

32 Unterrichtseinheiten an vier Tagen

## Zielgruppe

- Personen, die künftig in Stabsfunktionen eingesetzt werden sollen
- Personen, die in Einsatzleitungsfunctionen tätig sind oder künftig sein werden
- Personen, die sich auf einen höherwertigen Führungslehrgang vorbereiten wollen
- Interessierte Fachkräfte unterschiedlicher Fachdienste



# Fortbildung für Führungskräfte

Die Führungskräfte im Bevölkerungsschutz haben vielfältige, sich stetig verändernde Herausforderungen, Anforderungen und Voraussetzungen in ihrer meist ehrenamtlichen Funktion zu bewältigen. In dieser Fortbildung werden praxisrelevante aktuelle Themen des Zivil- und Katastrophenschutzes vorgestellt. Bereits erworbenes Wissen wird vertieft und gefestigt. Diese Fortbildung richtet sich an alle Führungskräfte im Bereich Bevölkerungsschutz.

## Inhalte

- aktuelle Entwicklungen und Themen im Bevölkerungsschutz
- operativ-taktisches Führungstraining zu verschiedenen Szenarien

## Zielgruppe

- Gruppenführer:innen
- Zugführer:innen
- Verbandführer:innen

## Dauer

9 Unterrichtseinheiten (ein Tag)



# BOS-Sprechfunk

Das Online-Seminar zum Erwerb der Sprechfunkberechtigung nach DV 810.3 richtet sich an Personal des Rettungsdienstes und Einsatzkräfte des Bevölkerungsschutzes, die am BOS-Sprechfunk teilnehmen wollen.

Die Kurse richten sich auch an Interessent/innen, die sich im Bevölkerungsschutz engagieren wollen und erste Qualifikationen erworben haben. Ebenso willkommen sind Teilnehmende aus anderen nichtpolizeilichen Behörden und Organisationen mit Sicherheitsaufgaben.

Die Seminare finden online statt

und schließen mit einer schriftlichen Prüfung und einer Online-Funkübung als praktische Prüfung ab.

## Trainer:in BOS-Sprechfunk

Neben den Aktiven, die am BOS-Sprechfunk teilnehmen, werden auch Ausbilderinnen und Ausbilder, die die Sprechfunk-Seminare durchführen, am AWZ geschult. Durch die Multiplikatorenseminare werden die erforderlichen Inhalte und Hintergründe vermittelt, um Endanwenderlehrgänge vor Ort in den Gliederungen durchführen zu können.



# Dynamische Patientensimulation

Durch die Dynamische Patientensimulation kann der Einsatz in einer Patientenablage und einem Behandlungsplatz realitätsnah dargestellt werden.

Sowohl die Maßnahmen der ersteintreffenden Rettungskräfte als auch die Initiierung von Führungsstrukturen kann mit diesem Simulationsverfahren geübt werden, ohne dass Patientendarsteller:innen, Ein-

satzfahrzeuge und medizinisches Material notwendig sind. Mit sehr viel Spaß erleben die Teilnehmer hautnah die Einsatzkoordination in einem realistischen Zeitansatz.

Gerne vereinbaren wir mit Ihnen einen Termin für ein individuelles Training mit Ihrer Gruppe.



# CBRN-Basismodul

Unter CBRN-Gefahren versteht man den Schutz vor den Auswirkungen von chemischen (C), biologischen (B) sowie radiologischen (R) und nuklearen (N) Gefahren.

CBRN-Substanzen können vorsätzlich oder durch einen Unglücksfall, beispielsweise beim Transport, in die Umgebung gelangen und so zu einer Gefahr für die Bevölkerung werden. Für die Wirkung auf Betroffene ist es dabei unerheblich, welcher Grund für das Freiwerden von CBRN-Substanzen verantwortlich ist.

Diese Grundausbildung für alle Einsatzkräfte in der Notfallvorsorge und Gefahrenabwehr vermittelt die Grundlagen, um in CBRN-Einsätzen sicher und zielgerichtet vorzugehen.

**Inhalte** der 18 Unterrichtseinheiten: CBRN-Gefahrstoffe, Grundregeln des Eigenschutzes und der Schadensminimierung, Systeme des persönlichen Schutzes, Einsatzgrundsätze und Besonderheiten bei CBRN-Lagen, Rechte und Pflichten, Psychologische Aspekte, Anleitung zu Selbstschutzmaßnahmen der Bevölkerung u.a.



# Psychosoziale Notfallversorgung

Unfälle, Katastrophen oder Amokläufe aber auch alltäglichere Ereignisse führen oft zu hohen psychischen Belastungen für Betroffene und die Einsatzkräfte. Psychosoziale Notfallversorgung kann die seelische Überlastung der Betroffenen mindern. Durch unsere Seminare werden Sie ab 2023 auf die Tätigkeit in diesem Bereich vorbereitet.

## Psychosoziale Notfallversorgung für Betroffene (PSNV-B)

Unmittelbar nach einer Krise soll jeder Betroffene professionell betreut werden. Einsatzkräfte im Bereich der Psychosozialen Notfallversorgung benötigen hierzu eine fundierte und breit aufgestellte Ausbildung.

### Inhalte:

Psychotraumatologie in der Akut-Situation, Umgang mit Stress, Kommunikation nach hoch belastenden Ereignissen, Umgang mit fremden Kulturen und Religionen, Rechtsmedizin und das Recht am Tatort

## Psychosoziale Notfallversorgung für Einsatzkräfte (PSNV-E)

Das Zugunglück, der Amoklauf, der Tod eines Kindes, der Einsatz, bei dem man nicht mehr helfen konnte. Erlebnisse, die nicht nur für Opfer und Angehörige belastend sind. Auch Einsatzkräfte können hierdurch betroffen sein oder im schlimmsten Fall krank werden.

### Inhalte:

Stress (Entstehung, Reaktionen, Folgen), einsatzspezifische Belastungen, Konflikte, Anzeichen für stressbedingte Überlastung, Maßnahmen zur Prävention, Kommunikation in Krisensituationen, Einzelgespräch, Grenzen der Hilfe durch die Kollegen

## Fortbildung für Einsatzkräfte in der Psychosozialen Notfallversorgung

Regelmäßige Fortbildungen und Supervision gehören nach abgeschlossenen Ausbildungen zum verbindlichen Standard.

Diese Seminare bieten wir in Zusammenarbeit mit der Akademie für Interaktion und Organisation, Gießen.



# Aus- und Weiterbildungszentrum

- Staatl. anerkannte Lehranstalt für Notfallsanitäter
- Ermächtigte Stelle für die Erste-Hilfe-Ausbildung und die Schulung von Lehrkräften durch die Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung e.V. (DGUV)
- Notfalltraining zertifiziert als ärztliche Fortbildung der Bezirksärztekammer Rheinhessen
- Träger von Maßnahmen der Arbeitsförderung nach AZAV (Akkreditierungs- und Zulassungsverordnung Arbeitsförderung)
- Anerkannte Weiterbildungsstätte für Gesundheitsberufe nach GFBWB-GDVO



## Aktuelles Kursprogramm

<https://www.asb-mainz.de/awz/seminare>  
oder direkt über den QR-Code zum Download

Arbeiter-Samariter-Bund  
Kreisverband Mainz-Bingen  
Aus- und Weiterbildungszentrum  
Hattenbergstraße 5  
55122 Mainz

Telefon: 06131 9 65 10-350  
Telefax: 06131 9 65 10-440  
Mail: [awz@asb-mainz.de](mailto:awz@asb-mainz.de)  
Internet: [www.awz-mainz.de](http://www.awz-mainz.de)  
[www.facebook.com/awzmainz](http://www.facebook.com/awzmainz) • [www.instagram.com/asbmainz](http://www.instagram.com/asbmainz)