

<b>Unfälle und Notlagen</b>	<b>6</b>	<b>Gefahren in der Natur</b>	<b>26</b>
Bruchlandung	8	Flucht von der Insel:	
Nichts wie raus hier!	9	Holt mich hier raus!	28
SOS auf der ISS!		Im Sand versunken	30
Sicher zurück zur Erde	10	See you later, Alligator	30
Kernreaktor:		Im Dschungel:	
Dem Fallout entgehen	12	Aus dem Urwald herausfinden	32
Tauchpartie:		Tödlicher Biss	34
Tipps für Aussteigen	14	Bienen-Attacke	34
Flucht aus der Tiefe:		Heil ans andere Ufer	36
Im Taucheranzug nach oben	16	Im Würgegriff	37
Tief durchatmen	18	In den Stromschnellen	38
Tödliche Blasen	19	Flusspferd-Attacke	39
Alle Mann von Bord!		Flucht aus der Wüste:	
Sicher zurück an Land	20	Der Hitze entkommen	40
Piraten-Alarm: Entern verboten!	22	Sandsturm	42
Schiffbrüchig: Orientierung		Cool bleiben	42
auf hoher See	24	Im Gebirge:	
		Den Weg ins Tal finden	44
		Der Bär ist los	46
		Keine Katze zum Kuscheln	47
		In der Höhle verirrt: Das Licht	
		am Ende des Tunnels	48
		Pferdsprung: Absteigen in vollem	
		Galopp	50
		Notruf vom Nordpol	52
		Gefahr am Gletscher	53

Schneesturm	54
Erfrierungen	54
Lawine: Rettung vor dem Weißen Tod	56
Eisbrecher: Raus aus dem Eisbad	58
Vulkanausbruch: Anleitung zur Evakuierung	60
Tsunami	62
Auf dem Trockenem	63
Mit dem Strom schwimmen	64
Unfreiwilliger Kreisverkehr	65
Hai-Attacke	66
Finger weg!	67
Alles in Deckung! Den Sturm überstehen	68
Donnerwetter! Nützliche Ratschläge	70
Brennende Wälder: Der Weg aus der Flammenhölle	72
 <b>Gefangen</b>	 <b>74</b>
im Labyrinth: Ich will hier raus!	76
Hinter Gittern: Ausbrechen will gelernt sein	78
Handschellen: Entfesse dich!	80
Zwangsjacke: Befreiung vom Kleiderzwang	82
Feuer! Flucht aus einem brennenden Gebäude	84
Feuer auf dem Schiff: Alle Mann von Bord!	86

<b>Kritische Situationen</b>	<b>88</b>
Auf und davon	90
Auf die falsche Fährte gelockt	91
Den Klammergriff abschütteln	92
Aus dem Handgelenk	93
Schulhoftyrannen	94
Umgang mit Cyber-Bullies	94
Albtraum-Szenario: Schrittweise zum ruhigen Schlaf	96
Invasion der Aliens	98
Androiden-Attacke	98
Blutsauger-Alarm: Dem Vampir den Zahn ziehen	100
Zombie-Attacke Flucht vor den lebenden Toten	102
Das Wichtigste immer dabei: Auf alles vorbereitet	104
Notsignale: Mach dich bemerkbar	106
 <b>Glossar</b>	 <b>108</b>
<b>Index</b>	<b>110</b>