

# KURS- PROGRAMM 2022

AUS- UND FORTBILDUNG | BEZIRK LINZ-STADT/LAND



**ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ**  
**OBERÖSTERREICH**

*Aus Liebe zum Menschen.*

Zugunsten der besseren Lesbarkeit wurde im Text großteils auf die gleichzeitige Verwendung weiblicher und männlicher Personenbegriffe verzichtet und die männliche Nominalform angeführt. Gemeint und angesprochen sind natürlich immer beide Geschlechter.

**IMPRESSUM Herausgeber, Medieninhaber und Verleger:** Österreichisches Rotes Kreuz, Landesverband OÖ, Bezirksstelle Linz-Stadt/Land: Körnerstraße 28, 4020 Linz, Österreich | ZVR: 534696372, Tel.: +43 732 7644-280 oder -262, Fax: +43 732 7644-200, E-Mail: [kurse-linz@o.rotekruz.at](mailto:kurse-linz@o.rotekruz.at), Website: [www.rotekruz.at/ooe](http://www.rotekruz.at/ooe), Fotos: ÖRK. Auflage 2022

[www.erstehilfe.at](http://www.erstehilfe.at)

# Erste-Hilfe-Kurse wichtiger als je zuvor!

**In 99 Prozent der Fälle passiert nichts. Im Ausnahmefall bereit zu sein und Menschen helfen zu können, kann Leben retten. Ein Erste-Hilfe-Kurs nimmt die Angst, gibt Sicherheit und lohnt sich zu 100 Prozent. Gerade in einer Zeit die uns lehrt, Abstand zu halten braucht es viele beherzte HelferInnen, die im Zeichen der Nächstenliebe handeln. Selbstverständlich mit den der Situation erforderlichen notwendigen Sicherheitsvorkehrungen.**

„Wer Erste Hilfe leistet, rettet Leben“, sagt ÖÖ. Rotkreuz-Präsident Dr. Aichinger Walter. Oft entscheiden nur wenige Handgriffe über Leben oder Tod, über schnelle Heilung, Genesung oder bleibende Schäden. Das ÖÖ. Rote Kreuz freut sich, wieder Erste-Hilfe-Kurse abhalten zu dürfen. Das Angebot ist vielfältig und reicht vom 16-stündigen Grundkurs, Auffrischkursen, Kursangeboten für Mitarbeiter in Unternehmen bis hin zu speziellen Ersthelfer-Kursen bei Kindernotfällen. Erfahrende Vortragende geben ihr umfassendes Wissen an die Teilnehmer weiter. Sie festigen das Gelernte in praktischen Übungen, die unter Einhaltung der Sicherheitsregeln durchgeführt werden. Um die notwendige Sicherheit zu garantieren sind ReferentInnen und TeilnehmerInnen tunlichst angehalten, alle erforderlichen Hygieneschutzmaßnahmen zu befolgen. Darunter fallen insbesondere die Ein-Meter-Abstandsregel sowie grundlegende Hygienemaßnahmen. Den Mund-Nasenschutz müssen alle Kursteilnehmer mitbringen.

## **Breitgefächertes Online-Angebot als zusätzliche Ergänzung**

Ein Erste-Hilfe-Kurs nimmt die Angst, gibt Sicherheit und lohnt sich zu 100 Prozent. Jeder von uns kann in die Situation kommen, Erste Hilfe leisten zu müssen. „Das Einzige was man im Notfall falsch machen kann, ist nichts zu tun“, erklärt der ÖÖ. Rotkreuz-Präsident Dr. Aichinger Walter. Um die eigenen Ersthelfer-Kenntnisse zusätzlich aufzufrischen, verweist das ÖÖ. Rote Kreuz auf sein breitgefächertes Online-Angebot mit Video-Tutorials, Erste-Hilfe-Tipps usw. Das komplette Kursangebot, alle Termine und Anmeldung zu Kursen in der Nähe auf [www.erstehilfe.at](http://www.erstehilfe.at).

# INHALT

|   |                  |           |
|---|------------------|-----------|
| Betriebliche Ersthelfer                   |                  | <b>6</b>  |
| Erste-Hilfe-Grundkurs (16 h)              | <b>BE</b>        | <b>8</b>  |
| Erste-Hilfe-Auffrischkurs (8 h)           | <b>BE</b>        | <b>16</b> |
| Erste-Hilfe-Auffrischkurs (4 h)           | <b>BE</b>        | <b>20</b> |
| Erste-Hilfe-Führerscheinkurs (6 h)        |                  | <b>22</b> |
| Erste-Hilfe-Kindernotfallkurs             | <b>GUTSCHEIN</b> | <b>26</b> |
| Babyfit-Kurs                              |                  | <b>30</b> |
| Erste-Hilfe-Outdoor-Kurs (8 h)            | <b>BE</b>        | <b>32</b> |
| Erste-Hilfe-Wiederbelebungs-kurs mit Defi |                  | <b>34</b> |
| Erste-Hilfe-Kurs „Ich helfe“              |                  | <b>35</b> |
| Gesund leben. Wege zum Wohlbefinden       |                  | <b>36</b> |

**BE**

Aus- und Fortbildung  
für betriebliche  
Ersthelfer nach AStV

**GUTSCHEIN**

Elternbildungs-  
gutscheine können  
eingelöst werden

|                                     |           |
|-------------------------------------|-----------|
| <b>Bewegung bis ins Alter</b>       | <b>37</b> |
| <b>Rettungssanitäter-Ausbildung</b> | <b>39</b> |
| <b>Schnupperdienst</b>              | <b>40</b> |
| <b>Mitarbeit beim Roten Kreuz</b>   | <b>41</b> |
| <b>Organisatorisches</b>            | <b>42</b> |

## **WIE LAUTEN DIE AKTUELLEN CORONA-MASSNAHMEN?**

### **Zeitgerechte Information**

Keine Sorge, das Team des OÖ. Rote Kreuz informiert Sie über die aktuell geltenden Corona-Maßnahmen zeitgerecht!

Mit Übermittlung der Anmeldebestätigung, zu Ihrem bevorstehenden Erste-Hilfe-Kurs, legen wir Ihnen auch die aktuell geltenden Corona-Maßnahmen bei. Unter Einhaltung dieser Maßnahmen kann Ihr Erste-Hilfe-Kurs sicher stattfinden.

Weitere Informationen unter:

**[www.rotekreuz.at/aktuelle-kurse](http://www.rotekreuz.at/aktuelle-kurse)**





# BETRIEBLICHE ERSTHELFER

## Ausbildung

Der Erste-Hilfe-Grundkurs (16 h) stellt die Basisausbildung jedes betrieblichen Ersthelfers laut Arbeitsstättenverordnung (ASTV) bzw. Bauarbeiterschutzverordnung (BauV) dar. Dieser Kurs muss einmal nachweislich besucht und danach regelmäßig aufgefrischt werden. Liegt Ihr Erste-Hilfe-Grundkurs länger als zehn Jahre zurück, empfehlen wir dringend den erneuten Besuch dieses Kurses.

## Fortbildung

Der Gesetzgeber sieht in puncto Fortbildung für betriebliche Ersthelfer zwei Varianten vor, aus denen der Betrieb wählen kann:

Erste-Hilfe-Auffrischkurs (4 h) in 2-Jahres-Intervallen oder  
Erste-Hilfe-Auffrischkurs (8 h) in 4-Jahres-Intervallen

## Kurse

Gerne können Sie von unserem Kursangebot in diesem Heft Gebrauch machen. Auf Wunsch organisieren wir natürlich auch gerne Kurse in Ihrem Betrieb bzw. an einer unserer Ortsstellen. Bitte beachten Sie eine Vorlaufzeit von vier Wochen für die Organisation der Kurse!

## Gesetzliche Vorgaben lt. AStV und BauV

In Büros oder Arbeitsstätten, deren Unfallgefahr mit Büros vergleichbar ist:

|                                   |  |
|-----------------------------------|--|
| <b>1 Ersthelfer</b>               | Bei <b>bis zu 29</b> regelmäßig gleichzeitig beschäftigten Arbeitnehmern   |
| <b>2 Ersthelfer</b>               | Bei <b>30 bis 49</b> regelmäßig gleichzeitig beschäftigten Arbeitnehmern   |
| <b>+1 zusätzlicher Ersthelfer</b> | Für <b>je 20 weitere</b> regelmäßig gleichzeitig beschäftigte Arbeitnehmer |

In allen anderen Arbeitsstätten und auf Baustellen:

|                                   |  |
|-----------------------------------|--|
| <b>1 Ersthelfer</b>               | Bei <b>bis zu 19</b> regelmäßig gleichzeitig beschäftigten Arbeitnehmern   |
| <b>2 Ersthelfer</b>               | Bei <b>20 bis 29</b> regelmäßig gleichzeitig beschäftigten Arbeitnehmern   |
| <b>+1 zusätzlicher Ersthelfer</b> | Für <b>je 10 weitere</b> regelmäßig gleichzeitig beschäftigte Arbeitnehmer |



Foto: OORK/Afenzeller

## ERSTE-HILFE-GRUNDKURS (16 h)

Der Grundkurs in Erster Hilfe und Unfallverhütung macht Sie vertraut mit der Hilfeleistung nach Unfällen oder bei Eintritt plötzlicher Erkrankungen, sodass Sie selbstständig und eigenverantwortlich Erste Hilfe leisten können. Die Beschäftigung mit verschiedenen Unfallursachen soll zur Unfallverhütung beitragen.

### Inhalte

- Die gesamte Erste Hilfe sowie praktische Übungen
- Unfallverhütung
- Grundlagen der Ersten Hilfe (Rettungskette, Notruf, Lagerungen)
- Regloser Notfallpatient (stabile Seitenlage, Wiederbelebung inkl. Defibrillation)

BE

### Zielgruppe:

- Interessenten ab dem 14. Lebensjahr
- Betriebliche Ersthelfer lt. AStV
- Sämtliche Führerscheinwerber (auch Busführerschein)
- Babysitter (Babyfit) in Ausbildung

**Dauer:** 16 Stunden

**Kosten:** EUR 79,-



- Akute Notfälle (Herzinfarkt, Schlaganfall, starke Blutung, ...)
- Wunden (Verbände, Verbrennungen, ...)
- Knochen- und Gelenksverletzungen

**Bestätigung:** Die Kursteilnehmer erhalten für ihre Teilnahme und Mitarbeit bei allen Unterrichtseinheiten eine Bescheinigung des Roten Kreuzes. Dieser Kurs gilt als Nachweis für die erfolgte Ausbildung zum betrieblichen Ersthelfer gemäß § 26 ArbeitnehmerInnenschutzgesetz i.V.m. § 40 der Arbeitsstättenverordnung und i.V.m. § 31 Bauarbeiterschutzverordnung sowie für die Giftbezugsbewilligung gemäß § 5 der Giftverordnung und als Nachweis über die erfolgte Unterweisung in den lebensrettenden Sofortmaßnahmen am Unfallort entsprechend § 3 Führerscheingesetz-Durchführungsverordnung (FSG-DV).

## TERMINE GRUNDKURS (16 h)

### ROTKREUZ-ORTSSTELLE ENNS

|                     |            |                   |
|---------------------|------------|-------------------|
| <b>15. 03. 2022</b> | Dienstag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>17. 03. 2022</b> | Donnerstag | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>19. 03. 2022</b> | Samstag    | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>16. 07. 2022</b> | Samstag    | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>17. 07. 2022</b> | Sonntag    | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>26. 09. 2022</b> | Montag     | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>28. 09. 2022</b> | Mittwoch   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>01. 10. 2022</b> | Samstag    | 08.00 – 17.00 Uhr |

### ROTKREUZ-ORTSSTELLE LEONDING

|                     |          |                   |
|---------------------|----------|-------------------|
| <b>22. 01. 2022</b> | Samstag  | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>23. 01. 2022</b> | Sonntag  | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>15. 03. 2022</b> | Dienstag | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>16. 03. 2022</b> | Mittwoch | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>22. 03. 2022</b> | Dienstag | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>23. 03. 2022</b> | Mittwoch | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>28. 05. 2022</b> | Samstag  | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>29. 05. 2022</b> | Sonntag  | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>02. 07. 2022</b> | Samstag  | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>03. 07. 2022</b> | Sonntag  | 08.00 – 17.00 Uhr |

## FOLGESEITE: ERSTE-HILFE-GRUNKURS (16 h)

### ROTKREUZ-ORTSSTELLE LEONDING

|                     |          |                   |
|---------------------|----------|-------------------|
| <b>26. 09. 2022</b> | Montag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>28. 09. 2022</b> | Mittwoch | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>03. 10. 2022</b> | Montag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>05. 10. 2022</b> | Mittwoch | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>26. 11. 2022</b> | Samstag  | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>27. 11. 2022</b> | Sonntag  | 08.00 – 17.00 Uhr |

### ROTKREUZ-ORTSSTELLE LINZ

|                     |            |                   |
|---------------------|------------|-------------------|
| <b>03. 01. 2022</b> | Montag     | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>04. 01. 2022</b> | Dienstag   | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>25. 01. 2022</b> | Dienstag   | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>26. 01. 2022</b> | Mittwoch   | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>01. 02. 2022</b> | Dienstag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>03. 02. 2022</b> | Donnerstag | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>08. 02. 2022</b> | Dienstag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>10. 02. 2022</b> | Donnerstag | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>23. 02. 2022</b> | Mittwoch   | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>24. 02. 2022</b> | Donnerstag | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>15. 03. 2022</b> | Dienstag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>16. 03. 2022</b> | Mittwoch   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>22. 03. 2022</b> | Dienstag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>23. 03. 2022</b> | Mittwoch   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>16. 03. 2022</b> | Mittwoch   | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>23. 03. 2022</b> | Mittwoch   | 08.00 – 17.00 Uhr |

## ROTKREUZ-ORTSSTELLE LINZ

|                     |            |                   |
|---------------------|------------|-------------------|
| <b>20. 03. 2022</b> | Sonntag    | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>27. 03. 2022</b> | Sonntag    | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>11. 04. 2022</b> | Montag     | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>12. 04. 2022</b> | Dienstag   | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>26. 04. 2022</b> | Dienstag   | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>27. 04. 2022</b> | Mittwoch   | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>09. 05. 2022</b> | Montag     | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>10. 05. 2022</b> | Dienstag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>16. 05. 2022</b> | Montag     | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>17. 05. 2022</b> | Dienstag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>16. 05. 2022</b> | Montag     | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>17. 05. 2022</b> | Dienstag   | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>08. 06. 2022</b> | Mittwoch   | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>09. 06. 2022</b> | Donnerstag | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>18. 06. 2022</b> | Samstag    | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>19. 06. 2022</b> | Sonntag    | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>22. 06. 2022</b> | Mittwoch   | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>23. 06. 2022</b> | Donnerstag | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>04. 07. 2022</b> | Montag     | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>05. 07. 2022</b> | Dienstag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>11. 07. 2022</b> | Montag     | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>12. 07. 2022</b> | Dienstag   | 18.00 – 22.00 Uhr |

## FOLGESEITE: ERSTE-HILFE-GRUNKURS (16 h)

### ROTKREUZ-ORTSSTELLE LINZ

|                     |            |                   |
|---------------------|------------|-------------------|
| <b>01. 08. 2022</b> | Montag     | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>02. 08. 2022</b> | Dienstag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>08. 08. 2022</b> | Montag     | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>09. 08. 2022</b> | Dienstag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>27. 08. 2022</b> | Samstag    | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>28. 08. 2022</b> | Sonntag    | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>05. 09. 2022</b> | Montag     | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>06. 09. 2022</b> | Dienstag   | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>15. 09. 2022</b> | Donnerstag | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>22. 09. 2022</b> | Donnerstag | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>26. 09. 2022</b> | Montag     | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>27. 09. 2022</b> | Dienstag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>03. 10. 2022</b> | Montag     | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>04. 10. 2022</b> | Dienstag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>12. 10. 2022</b> | Mittwoch   | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>13. 10. 2022</b> | Donnerstag | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>17. 10. 2022</b> | Montag     | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>18. 10. 2022</b> | Dienstag   | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>08. 11. 2022</b> | Dienstag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>10. 11. 2022</b> | Donnerstag | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>15. 11. 2022</b> | Dienstag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>17. 11. 2022</b> | Donnerstag | 18.00 – 22.00 Uhr |

## ROTKREUZ-ORTSSTELLE LINZ

|              |          |                   |
|--------------|----------|-------------------|
| 15. 11. 2022 | Dienstag | 08.00 – 17.00 Uhr |
| 16. 11. 2022 | Mittwoch | 08.00 – 17.00 Uhr |
| 05. 12. 2022 | Montag   | 08.00 – 17.00 Uhr |
| 06. 12. 2022 | Dienstag | 08.00 – 17.00 Uhr |

## ROTKREUZ-ORTSSTELLE LINZ SÜD

|              |          |                   |
|--------------|----------|-------------------|
| 22. 01. 2022 | Samstag  | 08.00 – 17.00 Uhr |
| 23. 01. 2022 | Sonntag  | 08.00 – 17.00 Uhr |
| 15. 03. 2022 | Dienstag | 18.00 – 22.00 Uhr |
| 16. 03. 2022 | Mittwoch | 18.00 – 22.00 Uhr |
| 21. 03. 2022 | Montag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| 23. 03. 2022 | Mittwoch | 18.00 – 22.00 Uhr |
| 11. 06. 2022 | Samstag  | 08.00 – 17.00 Uhr |
| 12. 06. 2022 | Sonntag  | 08.00 – 17.00 Uhr |
| 26. 09. 2022 | Montag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| 28. 09. 2022 | Mittwoch | 18.00 – 22.00 Uhr |
| 03. 10. 2022 | Montag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| 05. 10. 2022 | Mittwoch | 18.00 – 22.00 Uhr |

## ROTKREUZ-ORTSSTELLE NEUHOFEN

|              |          |                   |
|--------------|----------|-------------------|
| 15. 03. 2022 | Dienstag | 18.00 – 22.00 Uhr |
| 16. 03. 2022 | Mittwoch | 18.00 – 22.00 Uhr |
| 22. 03. 2022 | Dienstag | 18.00 – 22.00 Uhr |
| 23. 03. 2022 | Mittwoch | 18.00 – 22.00 Uhr |

## FOLGESEITE: ERSTE-HILFE-GRUNKURS (16 h)

### ROTKREUZ-ORTSSTELLE NEUHOFEN/ KREMS

|                     |          |                   |
|---------------------|----------|-------------------|
| <b>26. 09. 2022</b> | Montag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>27. 09. 2022</b> | Dienstag | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>03. 10. 2022</b> | Montag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>04. 10. 2022</b> | Dienstag | 18.00 – 22.00 Uhr |

### ROTKREUZ-ORTSSTELLE ST. FLORIAN

|                     |          |                   |
|---------------------|----------|-------------------|
| <b>15. 03. 2022</b> | Dienstag | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>16. 03. 2022</b> | Mittwoch | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>22. 03. 2022</b> | Dienstag | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>23. 03. 2022</b> | Mittwoch | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>30. 07. 2022</b> | Samstag  | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>31. 07. 2022</b> | Sonntag  | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>26. 09. 2022</b> | Montag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>28. 09. 2022</b> | Mittwoch | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>03. 10. 2022</b> | Montag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>05. 10. 2022</b> | Mittwoch | 18.00 – 22.00 Uhr |

### ROTKREUZ-ORTSSTELLE TRAUN

|                     |            |                   |
|---------------------|------------|-------------------|
| <b>05. 02. 2022</b> | Samstag    | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>06. 02. 2022</b> | Sonntag    | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>15. 03. 2022</b> | Dienstag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>17. 03. 2022</b> | Donnerstag | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>22. 03. 2022</b> | Dienstag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>24. 03. 2022</b> | Donnerstag | 18.00 – 22.00 Uhr |

## ROTKREUZ-ORTSSTELLE **TRAUN**

|                     |            |                   |
|---------------------|------------|-------------------|
| <b>25. 06. 2022</b> | Samstag    | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>26. 06. 2022</b> | Sonntag    | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>26. 09. 2022</b> | Montag     | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>29. 09. 2022</b> | Donnerstag | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>04. 10. 2022</b> | Dienstag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>06. 10. 2022</b> | Donnerstag | 18.00 – 22.00 Uhr |



Foto: Thomas Polzer

## ERSTE-HILFE-AUFRISCHUNGSKURS (8 h)

Im Auffrischkurs wiederholen und festigen Sie das bereits Erlernete (Erste-Hilfe-Grundkurs).

### Inhalte

Ausgewählte Schwerpunkte der Grundausbildung sowie die praktische Umsetzung der lebensrettenden Sofortmaßnahmen.

- Grundlagen der Ersten Hilfe (Rettungskette, Notruf, Lagerungen, ...)
- Regloser Notfallpatient
- Starke Blutung
- Herzinfarkt
- Schlaganfall
- Wunden
- Knochen- und Gelenksverletzungen

BE

### Zielgruppe:

- Interessenten ab dem 14. Lebensjahr
- Betriebliche Ersthelfer lt. AStV (Auffrischkurs alle 4 Jahre)
- Personen, die bereits einen Erste-Hilfe-Grundkurs absolviert haben

**Dauer:** 8 Stunden

**Kosten:** EUR 57,-



**Bestätigung:** Die Kursteilnehmer erhalten für ihre Teilnahme und Mitarbeit bei allen Unterrichtseinheiten eine Bescheinigung des Roten Kreuzes. Dieser Kurs gilt als Nachweis für die erfolgte Auffrischung (im Ausmaß von 8 Stunden) im Sinne von § 40 AStV für betriebliche Ersthelfer.

## TERMINE AUFFRISCHUNGSKURS (8 h)

### ROTKREUZ-ORTSSTELLE ENNS

|                     |         |                   |
|---------------------|---------|-------------------|
| <b>02. 04. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>06. 08. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>03. 12. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 17.00 Uhr |

### ROTKREUZ-ORTSSTELLE LEONDING

|                     |            |                   |
|---------------------|------------|-------------------|
| <b>19. 02. 2022</b> | Samstag    | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>17. 11. 2022</b> | Donnerstag | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>24. 11. 2022</b> | Donnerstag | 18.00 – 22.00 Uhr |

### ROTKREUZ-ORTSSTELLE LINZ

|                     |            |                   |
|---------------------|------------|-------------------|
| <b>05. 01. 2022</b> | Mittwoch   | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>22. 01. 2022</b> | Samstag    | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>11.02. 2022</b>  | Freitag    | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>14. 02. 2022</b> | Montag     | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>15. 02. 2022</b> | Dienstag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>21. 02. 2022</b> | Montag     | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>21. 03. 2022</b> | Montag     | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>28. 03. 2022</b> | Montag     | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>24. 03. 2022</b> | Donnerstag | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>11. 04. 2022</b> | Montag     | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>12. 04. 2022</b> | Dienstag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>23. 04. 2022</b> | Samstag    | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>25. 04. 2022</b> | Montag     | 08.00 – 17.00 Uhr |

## FOLGESEITE: ERSTE-HILFE-AUFRISCHUNGSKURS (8 H)

### ROTKREUZ-ORTSSTELLE LINZ

|                     |            |                   |
|---------------------|------------|-------------------|
| <b>12. 05. 2022</b> | Donnerstag | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>22. 05. 2022</b> | Sonntag    | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>13. 06. 2022</b> | Montag     | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>14. 06. 2022</b> | Dienstag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>02. 07. 2022</b> | Samstag    | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>12. 09. 2022</b> | Montag     | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>13. 09. 2022</b> | Dienstag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>19. 09. 2022</b> | Montag     | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>25. 09. 2022</b> | Sonntag    | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>05. 10. 2022</b> | Mittwoch   | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>12. 10. 2022</b> | Mittwoch   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>13. 10. 2022</b> | Donnerstag | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>05. 11. 2022</b> | Samstag    | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>14. 11. 2022</b> | Montag     | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>12. 12. 2022</b> | Montag     | 08.00 – 17.00 Uhr |

### ROTKREUZ-ORTSSTELLE LINZ SÜD

|                     |            |                   |
|---------------------|------------|-------------------|
| <b>03. 02. 2022</b> | Donnerstag | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>09. 04. 2022</b> | Samstag    | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>07. 07. 2022</b> | Donnerstag | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>12. 11. 2022</b> | Samstag    | 08.00 – 17.00 Uhr |

### ROTKREUZ-ORTSSTELLE NEUHOFEN

|                     |         |                   |
|---------------------|---------|-------------------|
| <b>02. 04. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>10. 09. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 17.00 Uhr |

## ROTKREUZ-ORTSSTELLE **TRAUN**

|                     |            |                   |
|---------------------|------------|-------------------|
| <b>20. 04. 2022</b> | Mittwoch   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>21. 04. 2022</b> | Donnerstag | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>08. 11. 2022</b> | Dienstag   | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>09. 11. 2022</b> | Mittwoch   | 18.00 – 22.00 Uhr |



Foto: OÖRK/Affenzeller

## ERSTE-HILFE-AUFFRISCHUNGSKURS (4 h)

Im Auffrischkurs wiederholen und festigen Sie das bereits Erlernte (Erste-Hilfe-Grundkurs).

### Inhalte

Der inhaltliche Schwerpunkt dieses Kurses ist die praktische Umsetzung lebensrettender Sofortmaßnahmen.

- Grundlagen der Ersten Hilfe (Rettungskette, Notruf, Lagerungen, ...)
- Regloser Notfallpatient
- Starke Blutung

**Bestätigung:** Die Kursteilnehmer erhalten für ihre Teilnahme und Mitarbeit bei allen Unterrichtseinheiten eine Bescheinigung des Roten Kreuzes. Dieser Kurs gilt als Nachweis für die erfolgte Auffrischung (im Ausmaß von 4 Stunden) im Sinne von § 40 AStV für betriebliche Ersthelfer.

BE

### Zielgruppe:

- Interessenten ab dem 14. Lebensjahr
- Betriebliche Ersthelfer lt. AStV (Auffrischkurs alle 2 Jahre)
- Personen, die bereits einen Erste-Hilfe-Grundkurs absolviert haben

**Dauer:** 4 Stunden

**Kosten:** EUR 45,-

# TERMINE AUFFRISCHUNGSKURS (4 h)

## ROTKREUZ-ORTSSTELLE LINZ

|                     |          |                   |
|---------------------|----------|-------------------|
| <b>12. 01. 2022</b> | Mittwoch | 13.00 – 17.00 Uhr |
| <b>16. 02. 2022</b> | Mittwoch | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>13. 04. 2022</b> | Mittwoch | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>25. 05. 2022</b> | Mittwoch | 13.00 – 17.00 Uhr |
| <b>21. 09. 2022</b> | Mittwoch | 18.00 – 22.00 Uhr |
| <b>25. 10. 2022</b> | Dienstag | 13.00 – 17.00 Uhr |



## ERSTE-HILFE-FÜHRERSCHEINKURS (6 h)

Dieser Kurs ist Voraussetzung für die Erlangung einer Lenkberechtigung in den Klassen A, B, C, F und G sowie der Unterklasse C1. Die Unterweisung in lebensrettenden Sofortmaßnahmen vermittelt Ihnen durch theoretische Erklärungen und praktische Übungen im Ausmaß von mindestens sechs Stunden die Grundsätze der Erstversorgung von Unfallverletzten im Straßenverkehr.

### Inhalte

- Sicherheit und Selbstschutz
- Rettung aus akuter Gefahr
- Notruf
- Wiederbelebung (inkl. Defibrillation)
- Blutstillung

### Zielgruppe:

- Interessenten ab dem 14. Lebensjahr
- Führerscheinwerber

**Dauer:** 6 Stunden

**Kosten:** EUR 70,-

- Betreuung bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes
- Praktische Übungen
- Inhalt einer Erste-Hilfe-Box (lt. ÖNORM)

**Bestätigung:** Die Kursteilnehmer erhalten aufgrund ihrer Teilnahme und Mitarbeit bei allen Unterrichtseinheiten eine Bescheinigung des Roten Kreuzes. Diese Bescheinigung gilt als erfolgte Unterweisung in den lebensrettenden Sofortmaßnahmen am Unfallort entsprechend § 3 Führerscheingesetz i.V.m. § 6 der Führerscheingesetz-Durchführungsverordnung (FSG-DV).

## TERMINE FÜHRERSCHEINKURS (6 h)

### ROTKREUZ-ORTSSTELLE ENNS

|                     |         |                   |
|---------------------|---------|-------------------|
| <b>12. 02. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>05. 03. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>26. 03. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>16. 04. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>19. 11. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>17. 12. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 14.00 Uhr |

### ROTKREUZ-ORTSSTELLE LEONDING

|                     |         |                   |
|---------------------|---------|-------------------|
| <b>14. 01. 2022</b> | Freitag | 15.00 – 21.00 Uhr |
| <b>05. 03. 2022</b> | Samstag | 09.00 – 15.00 Uhr |
| <b>23. 04. 2022</b> | Samstag | 09.00 – 15.00 Uhr |
| <b>11. 06. 2022</b> | Samstag | 09.00 – 15.00 Uhr |
| <b>15. 07. 2022</b> | Freitag | 15.00 – 21.00 Uhr |
| <b>13. 08. 2022</b> | Samstag | 09.00 – 15.00 Uhr |
| <b>11. 09. 2022</b> | Sonntag | 09.00 – 15.00 Uhr |
| <b>28. 10. 2022</b> | Freitag | 15.00 – 21.00 Uhr |
| <b>04. 12. 2022</b> | Sonntag | 09.00 – 15.00 Uhr |

## ERSTE-HILFE-FÜHRERSCHEINKURS (6 H)

### ROTKREUZ-ORTSSTELLE LINZ

|                     |         |                   |
|---------------------|---------|-------------------|
| <b>07. 01. 2022</b> | Freitag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>30. 01. 2022</b> | Sonntag | 13.00 – 19.00 Uhr |
| <b>06. 02. 2022</b> | Sonntag | 09.00 – 15.00 Uhr |
| <b>26. 02. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>13. 03. 2022</b> | Sonntag | 09.00 – 15.00 Uhr |
| <b>18. 03. 2022</b> | Freitag | 15.00 – 21.00 Uhr |
| <b>03. 04. 2022</b> | Sonntag | 13.00 – 19.00 Uhr |
| <b>22. 04. 2022</b> | Freitag | 15.00 – 21.00 Uhr |
| <b>07. 05. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>13. 05. 2022</b> | Freitag | 15.00 – 21.00 Uhr |
| <b>21. 05. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>10. 06. 2022</b> | Freitag | 15.00 – 21.00 Uhr |
| <b>26. 06. 2022</b> | Sonntag | 09.00 – 15.00 Uhr |
| <b>01. 07. 2022</b> | Freitag | 15.00 – 21.00 Uhr |
| <b>16. 07. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>29. 07. 2022</b> | Freitag | 15.00 – 21.00 Uhr |
| <b>14. 08. 2022</b> | Sonntag | 09.00 – 15.00 Uhr |
| <b>20. 08. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>02. 09. 2022</b> | Freitag | 15.00 – 21.00 Uhr |
| <b>10. 09. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>23. 09. 2022</b> | Freitag | 15.00 – 21.00 Uhr |
| <b>01. 10. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>07. 10. 2022</b> | Freitag | 15.00 – 21.00 Uhr |



## ROTKREUZ-ORTSSTELLE LINZ

|                     |         |                   |
|---------------------|---------|-------------------|
| <b>29. 10. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>11. 11. 2022</b> | Freitag | 15.00 – 21.00 Uhr |
| <b>27. 11. 2022</b> | Sonntag | 09.00 – 15.00 Uhr |
| <b>03. 12. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>09. 12. 2022</b> | Freitag | 08.00 – 14.00 Uhr |

## ROTKREUZ-ORTSSTELLE LINZ SÜD

|                     |         |                   |
|---------------------|---------|-------------------|
| <b>15. 01. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>11. 03. 2022</b> | Freitag | 15.00 – 21.00 Uhr |
| <b>18. 06. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>04. 11. 2022</b> | Freitag | 15.00 – 21.00 Uhr |

## ROTKREUZ-ORTSSTELLE NEUHOFEN

|                     |         |                   |
|---------------------|---------|-------------------|
| <b>07. 05. 2022</b> | Samstag | 09.00 – 15.00 Uhr |
| <b>27. 08. 2022</b> | Samstag | 09.00 – 15.00 Uhr |

## ROTKREUZ-ORTSSTELLE TRAUN

|                     |         |                   |
|---------------------|---------|-------------------|
| <b>22. 01. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>25. 03. 2022</b> | Freitag | 15.00 – 21.00 Uhr |
| <b>20. 05. 2022</b> | Freitag | 15.00 – 21.00 Uhr |
| <b>23. 07. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>17. 09. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>19. 11. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 14.00 Uhr |



Foto: ORK/Jark Weismann

# ERSTE-HILFE-KINDERNOTFALLKURS

Der Erste-Hilfe-Kindernotfallkurs hat zum Ziel, Sie mit allen Maßnahmen der Ersten Hilfe bei Notfällen und Erkrankungen im Säuglings- und Kleinkindalter so vertraut zu machen, dass Sie selbstständig und eigenverantwortlich Erste Hilfe leisten können. Die Beschäftigung mit verschiedenen Unfallursachen im Säuglings- und Kleinkindalter soll zur Unfallverhütung beitragen.

## Inhalte

Ein Teil des Kurses beschäftigt sich mit Maßnahmen der Ersten Hilfe bei verschiedenen Notfällen und Erkrankungen im Säuglings- und Kleinkindalter. Der zweite Teil behandelt Gefahren, die Kindern im Freien, im Haushalt und in anderen Situationen drohen, und zeigt Maßnahmen auf, um diesen Gefahren vorzubeugen.

- Unfallverhütung im Säuglings- und Kleinkindalter
- Notruf, Rettungskette, Gefahrenzone

## Zielgruppe:

- Interessenten ab dem 14. Lebensjahr
- Alle Personen, insbesondere jene, die Kinder betreuen
- Teilnehmer der Babyfit-Ausbildung

**Dauer:** 6 Stunden

**Kosten:** EUR 45,-

- Regloser Notfallpatient
- Bewusstlosigkeit
- Wiederbelebung inkl. Defibrillation
- Blutstillung
- Wundversorgung, Knochen- und Gelenksverletzungen
- Basismaßnahmen
- Praktische Übungen

**Bestätigung:** Die Kursteilnehmer erhalten für ihre Teilnahme und Mitarbeit bei allen Unterrichtseinheiten eine Kursbestätigung der Österreichischen Roten Kreuzes.

## TERMINE KINDERNOTFALLKURS

### ROTKREUZ-ORTSSTELLE ENNS

**22. 04. 2022** Freitag 15.00–21.00 Uhr

**08. 10. 2022** Samstag 08.00–14.00 Uhr

### ROTKREUZ-ORTSSTELLE LEONING

**11. 02. 2022** Freitag 14.00–20.00 Uhr

**14. 05. 2022** Samstag 08.00–14.00 Uhr

**16. 09. 2022** Freitag 14.00–20.00 Uhr

**29. 10. 2022** Samstag 08.00–14.00 Uhr

### ROTKREUZ-ORTSSTELLE LINZ

**09. 01. 2022** Sonntag 08.00–14.00 Uhr

**17. 01. 2022** Montag 14.00–20.00 Uhr

**13. 02. 2022** Sonntag 08.00–14.00 Uhr

**25. 02. 2022** Freitag 14.00–20.00 Uhr

**20. 03. 2022** Sonntag 08.00–14.00 Uhr

**04. 04. 2022** Montag 14.00–20.00 Uhr

**10. 04. 2022** Sonntag 08.00–14.00 Uhr

**08. 05. 2022** Sonntag 08.00–14.00 Uhr

**ROTKREUZ-ORTSSTELLE LINZ**

|                     |         |                   |
|---------------------|---------|-------------------|
| <b>12. 06. 2022</b> | Sonntag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>10. 07. 2022</b> | Sonntag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>18. 09. 2022</b> | Sonntag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>09. 10. 2022</b> | Sonntag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>13. 11. 2022</b> | Sonntag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>25. 11. 2022</b> | Freitag | 14.00 – 20.00 Uhr |
| <b>11. 12. 2022</b> | Sonntag | 08.00 – 14.00 Uhr |

**ROTKREUZ-ORTSSTELLE LINZ SÜD**

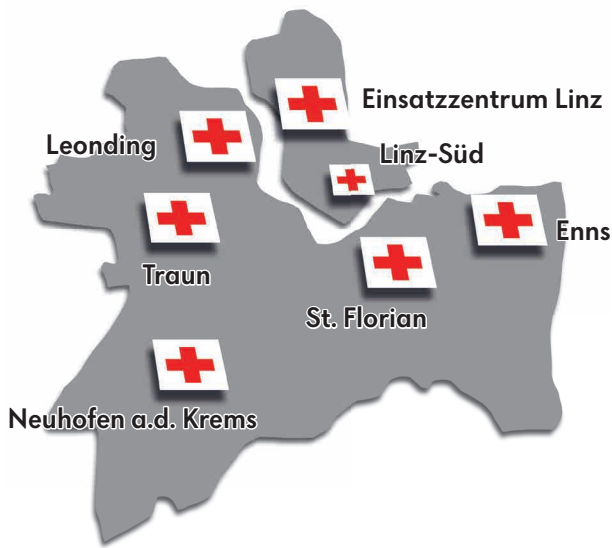
|                     |         |                   |
|---------------------|---------|-------------------|
| <b>10. 01. 2022</b> | Montag  | 16.00 – 22.00 Uhr |
| <b>16. 04. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>04. 06. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>05. 09. 2022</b> | Montag  | 16.00 – 22.00 Uhr |

**ROTKREUZ-ORTSSTELLE ST. FLORIAN**

|                     |         |                   |
|---------------------|---------|-------------------|
| <b>25. 03. 2022</b> | Freitag | 15.00 – 21.00 Uhr |
| <b>12. 08. 2022</b> | Freitag | 15.00 – 21.00 Uhr |
| <b>14. 10. 2022</b> | Freitag | 15.00 – 21.00 Uhr |

**ROTKREUZ-ORTSSTELLE TRAUN**

|                     |         |                   |
|---------------------|---------|-------------------|
| <b>12. 06. 2022</b> | Sonntag | 08.00 – 14.00 Uhr |
| <b>20. 11. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 14.00 Uhr |



## ORTSTELLEN LINZ-STADT/LAND

### **Österreichisches Rotes Kreuz, Landesverband OÖ, Bezirksstelle Linz-Stadt/Land**

Körnerstraße 28, 4020 Linz, Österreich | Tel.: +43 732 7644-280 oder -262,  
Fax: +43 732 7644-200, E-Mail: [kurse-linz@o.rotekreuz.at](mailto:kurse-linz@o.rotekreuz.at),  
Website: [www.rotekreuz.at/ooe](http://www.rotekreuz.at/ooe)

### **Parkmöglichkeiten**

Im Umkreis befinden sich vorwiegend Kurzparkzonen. Wir empfehlen Ihnen daher eine Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Die Haltestelle Gruberstraße liegt nur zwei Gehminuten von uns entfernt. Parken in den gebührenpflichtigen Tiefgarage am Südbahnhofmarkt bzw. beim AKH Linz ist auch möglich.

### **Verpflegung**

Im 3 Stock- Haupteingang steht Ihnen ein Snackautomat zur Verfügung, außerdem befinden sich im Umkreis die Bäckerei Haubis, ein Chinarestaurant, der Südbahnhofmarkt und div. Gastronomiebetriebe.



Foto: ÖJRK/Nadja Meister

## BABYFIT-KURS

Beinahe jeder Jugendliche passt irgendwann auf seine Geschwister oder Nachbarskinder auf. Manche bessern mit Babysitten ihr Taschengeld auf. Das Jugendrotkreuz bietet einen Babysitterkurs für Jugendliche ab 14 Jahren an.

In **16 Stunden** lernen die Teilnehmer alles Wissenswerte über Babys und Kleinkinder, bekommen Tipps und lernen, wie kleine Kinder „ticken“.

### Inhalte

- Betreuung und Begleitung von Kleinkindern
- Richtiger Umgang mit Säuglingen und Kleinkindern
- Tragen, wickeln, füttern, spielen
- Zahlreiche praktische Übungen

**Bestätigung:** Die Kursteilnehmer erhalten für ihre Teilnahme und Mitarbeit bei allen Unterrichtseinheiten eine Kursbestätigung des Roten Kreuzes.

### Zielgruppe:

- Interessenten ab dem 14. Lebensjahr
- Teilnehmer der Babysitter-Ausbildung

**Dauer:** 16 Stunden

**Kosten:** EUR 70,-

# TERMINE BABYFIT-KURS

## ROTKREUZ-ORTSSTELLE LINZ

|                     |         |                   |
|---------------------|---------|-------------------|
| <b>29. 01. 2022</b> | Samstag | 09.00 – 18.00 Uhr |
| <b>05. 02. 2022</b> | Samstag | 09.00 – 18.00 Uhr |
| <b>19. 03. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>02. 04. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>08. 10. 2022</b> | Samstag | 09.00 – 18.00 Uhr |
| <b>15. 10. 2022</b> | Sonntag | 09.00 – 18.00 Uhr |
| <b>12. 11. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 17.00 Uhr |
| <b>26. 11. 2022</b> | Samstag | 08.00 – 17.00 Uhr |



Foto: ORK/Thomas Holly Kellner

## ERSTE-HILFE-OUTDOOR-KURS (8 h)

Der Erste-Hilfe-Outdoor-Kurs ist ein eintägiger Erste-Hilfe-Kurs für Outdoor-Freunde. Nach einer kurzen Einführung geht es in die Natur. In praxisnahen Stationen lernen Sie die richtige Hilfeleistung für auftretende Notfälle anhand konkreter Unfallsituationen.

### Inhalte

- Einfache Positionsbestimmung und Notruf richtig absetzen
- Basismaßnahmen
- Knochen- und Gelenksverletzungen richtig versorgen
- Erste Hilfe bei Vergiftung durch Wildpflanzen und Früchte

BE

### Zielgruppe:

- Interessenten ab dem 14. Lebensjahr
- Personen, die viel Zeit in der Natur verbringen

**Dauer:** 8 Stunden

**Kosten:** EUR 90,-



- Bewusstlosigkeit erkennen und lebensrettende Maßnahmen setzen
- Wunden versorgen: von einfachen Abschürfungen bis zum Tierbiss
- Starke Blutung
- Unfallverhütung

## **Termine auf Anfrage!**

**Bestätigung:** Die Kursteilnehmer erhalten für ihre Teilnahme und Mitarbeit bei allen Unterrichtseinheiten eine Bescheinigung des Roten Kreuzes. Dieser Kurs gilt als Nachweis für die erfolgte Auffrischung (im Ausmaß von 8 Stunden) im Sinne von § 40 AStV für betriebliche Ersthelfer.



Foto: LV Kärnten/Marco Riebler

## ERSTE-HILFE-WIEDERBELEBUNGSKURS MIT DEFI

Der Erste-Hilfe-Wiederbelebungs-kurs macht Sie vertraut mit der Hilfeleistung bei lebensbedrohlichen Notfällen wie Bewusstlosigkeit und Atem-Kreislauf-Stillstand. Sie können dann selbstständig und eigenverantwortlich unter Anwendung eines Defibrillators die lebensrettenden Sofortmaßnahmen durchführen.

### Inhalte

- Regloser Notfallpatient
- Bewusstlosigkeit und stabile Seitenlage
- Herzinfarkt, Schlaganfall
- Wiederbelebung inkl. Defibrillation
- Praktische Übungen

### Termine auf Anfrage!

**Bestätigung:** Die Kursteilnehmer erhalten für ihre Teilnahme und Mitarbeit bei allen Unterrichtseinheiten eine Kursbestätigung des Roten Kreuzes.

### Zielgruppe:

- Interessenten ab dem 14. Lebensjahr

**Dauer:** 4 Stunden

**Kosten:** EUR 45,-



## FREIWILLIGE MITHILFE IM LEHRMITTELSERVICE

Für die Kurse braucht es Material und Geräte, die ein realitätsnahes Training ermöglichen. Das Rote Kreuz Linz-Stadt sucht Freiwillige, die für die Aufbereitung der Hilfsmittel verantwortlich sind. An Technik Interessierte und im Basteln Geübte, die gerne im Team arbeiten, sind für den Einsatz an den Geräten genau richtig.

Die einmal wöchentlichen Dienste sind individuell vereinbar und bringen neben einer sinnvollen Freizeitbeschäftigung neue soziale Kontakte mit sich. Auch ein Erste-Hilfe-Kurs (16-stündig) und das Basisseminar „Wir sind das Rote Kreuz“ (5,5 Stunden) wird den Freiwilligen geboten.

Nähere Informationen finden Sie auf der Homepage des Roten Kreuz Linz oder kontaktieren Sie direkt Frau Scharsinger.

### **Jasmin Scharsinger**

Bezirksstelle Linz-Stadt

✉ [jasmin.scharsinger@o.rotekreuz.at](mailto:jasmin.scharsinger@o.rotekreuz.at)

☎ +43 732 7644-262



## GESUND LEBEN. WEGE ZUM WOHLBEFINDEN

Mit interaktiven Methoden wird gemeinsam mit den Teilnehmern die eigene Gesundheitskompetenz und die Motivation für ein geändertes Handlungsverhalten und damit eine gesündere Lebensweise entwickelt.

### Inhalte

- Die vier häufigsten nichtübertragbaren Krankheiten (Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Krebs, chronische Atemwegserkrankungen, Diabetes)
- Die vier Risikofaktoren (ungesunde Ernährung, Tabakkonsum, Alkoholmissbrauch, mangelnde Bewegung)
- Wege zur Verhaltensänderung
- Erstellen eines persönlichen Gesundheitsmaßnahmenplans

### Termine auf Anfrage!

**Bestätigung:** Die Kursteilnehmer erhalten für ihre Teilnahme und Mitarbeit bei allen Unterrichtseinheiten eine Kursbestätigung des Roten Kreuzes.

### Zielgruppe:

- Interessenten ab dem 14. Lebensjahr

**Dauer:** 8 Stunden

**Kosten:** EUR 35,-



## BEWEGUNG BIS INS ALTER

Durch abwechslungsreiche und altersgerechte Übungen soll die Beweglichkeit erhalten werden. Der Kurs läuft ohne Leistungsdruck ab. Gemeinsamkeit sowie Spaß und Freude an der Bewegung stehen im Vordergrund.

### Inhalte

- Kräftigung, Dehnung und Entspannung der Muskulatur
- Anregung des Kreislaufs und Stoffwechsels
- Vertiefung der Atmung
- Schulung von Koordination und Reaktion
- Gedächtnistraining

**Termine auf Anfrage!**

### Zielgruppe:

- Interessenten circa ab dem 50. Lebensjahr

**Dauer:** 10 Stunden

**Kosten:** EUR 25,-



# Wir haben die passende Jacke für Dich!

In Deiner Kragenweite für viele  
verschiedene Aufgaben.

Freiwillig im Roten Kreuz:

**MELDE DICH JETZT!**

0732 / 7644-231

[www.passende-jacke.at](http://www.passende-jacke.at)



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

OBERÖSTERREICH

*Aus Liebe zum Menschen.*



Foto: Asanger

# RETTUNGSSANITÄTER-AUSBILDUNG

Die Arbeit mit Menschen in Notfallsituationen erfordert neben großem persönlichem Engagement ein umfangreiches fachliches Wissen. Die Tätigkeit im Rettungsdienst ist im österreichischen Sanitätergesetz festgelegt und umfasst die eigenverantwortliche Anwendung von Maßnahmen der qualifizierten Ersten Hilfe, Sanitätshilfe und Rettungstechnik, einschließlich diagnostischer und therapeutischer Maßnahmen.

## Inhalte

- Sanitätshilfe: Anatomie und Physiologie, Hygiene, Störungen der Vitalfunktionen, Notfälle bei verschiedenen Krankheitsbildern, spezielle Notfälle und zu setzende Maßnahmen, Erste Hilfe inkl. Defibrillation
- Gerätelehre und Sanitätstechnik
- Rettungswesen: einschließlich berufsspezifischer rechtlicher Grundlagen, Katastrophen, Großschadensereignisse und Gefahrgutunfälle

## Zielgruppe:

- Interessenten ab dem vollendeten 17. Lebensjahr
- Voraussetzung: erfolgreich absolvierte allgemeine Schulpflicht

**Dauer:** 100 Stunden theoretische Ausbildung und 160 Stunden Praktikum

**Kosten:** EUR 110,- Kursgebühr inkl. Unterlagen und Skripten. Diese Kautions wird nach einem Jahr freiwilliger Tätigkeit an Sie retourniert.



# SCHNUPPERDIENST

Sie überlegen, die Ausbildung zum Rettungssanitäter zu beginnen, sind jedoch nicht sicher, ob diese Tätigkeit die richtige für Sie ist?

Dann machen Sie sich selbst ein Bild und verbringen Sie einen Tag im Rettungsdienst.

Erfahren Sie mehr über die wichtigen und interessanten Aufgaben eines Rettungssanitäters.

**Termin nach Vereinbarung**  
mit der jeweiligen Dienststelle

## **Zielgruppe:**

- An der Ausbildung zum Rettungssanitäter Interessierte ab dem 17. Lebensjahr





## MITARBEIT BEIM ROTEN KREUZ

Das öö. Rote Kreuz bietet zahlreiche abwechslungsreiche und spannende Tätigkeitsfelder, um sich zu engagieren. Werden Sie Teil der größten humanitären Hilfsorganisation und sammeln Sie wertvolle Erfahrungen, wie beispielsweise jährlich rund 670 junge Männer, die ihren **Zivildienst** beim ÖÖ. Roten Kreuz absolvieren. Darüber hinaus können Sie sich auch im Rahmen eines **freiwilligen sozialen Jahres** oder eines **Berufsfindungspraktikums** beim ÖÖ. Roten Kreuz einbringen. Sie erhalten eine fundierte Ausbildung und Berufsqualifikation und können so Ihre Eignung für einen sozialen Beruf testen.

Haben Sie Interesse, sich im Roten Kreuz zu engagieren? Dann melden Sie sich direkt in Ihrer Bezirksstelle!

Was erwartet Sie?

- Angemessene Verpflegung
- Grundvergütung
- Unfall- und Krankenversicherung
- Verpflegungszulage zur Grundpauschale

Haben Sie Interesse? Dann melden Sie sich direkt in Ihrer Bezirksstelle!

TEILNAHMEBESTÄTIGUNG ERSTHELFER PFLEGE  
KURSGEBÜHREN RETTUNGSSANITÄTER KURSGEBÜHREN  
LEHRBEAUFTRAGTE TEILNEHMERZAHL LEHRBEAUFTRAGTE  
FIRMEN ANMELDUNG ERMÄSSIGUNGEN FIRMEN  
ERSTHELFER VEREINE LEHRSANITÄTER ERSTHELFER  
RETTUNGSSANITÄTER GUTSCHEINE RETTUNGSSANITÄTER  
STORNIERUNG PFLEGEKURSGEBÜHREN STORNIERUNG  
GUTSCHEINE VEREINE STORNIERUNG GUTSCHEINE  
LEHRSANITÄTER ROTKREUZ-CARD PFLEGE LEHRSANITÄTER  
TEILNAHMEBESTÄTIGUNG ERSTHELFER ANMELDUNG  
KURSGEBÜHREN RETTUNGSSANITÄTER KURSGEBÜHREN  
LEHRBEAUFTRAGTE TEILNEHMERZAHL LEHRBEAUFTRAGTE

## ORGANISATORISCHES

### Anmeldung

Die Anmeldung zu unseren Kursen ist über unsere Website [www.ersthilfe.at](http://www.ersthilfe.at) sowie telefonisch unter der Nummer +43 732 7644-280 möglich.

Ein Lichtbildausweis ist am ersten Kurstag zur Identifikation notwendig.

### Teilnahmestornierung

Wir weisen darauf hin, dass eine kostenlose Stornierung bis maximal 14 Tage vor Kursbeginn möglich ist. Detaillierte Informationen dazu finden Sie auf unserer Homepage unter [www.rotekreuz.at/ooe/kurse-aus-weiterbildung/agb-kurse](http://www.rotekreuz.at/ooe/kurse-aus-weiterbildung/agb-kurse)

### Kursgebühren

Die Kursgebühren richten sich nach der gültigen Tarifordnung des Österreichischen Roten Kreuzes, Landesverband OÖ. Nach erfolgter Anmeldung wird eine Rechnung wahlweise per Post oder E-Mail zugesandt. Eine Barzahlung im Kurs ist nicht möglich.

### Gutscheine

Gutscheine für unsere Kurse erhalten Sie in Ihrer Bezirksstelle Linz-Stadt/Land. Vom Land Oberösterreich ausgegebene Elternbildungsgutscheine können bei unseren Kindernotfallkursen eingelöst werden.

### Teilnahmebestätigung

Grundsätzlich erhält jeder Kursteilnehmer nach dem Kurs eine Teilnahmebestätigung. Wir weisen darauf hin, dass eine Absolvierung sowohl der theoretischen als auch der praktischen Inhalte und Übungen eine Voraussetzung für den Erhalt der Teilnahmebestätigung ist.

## Rotkreuz-Card

Folgende Ermäßigungen bieten wir für Besitzer einer Rotkreuz-Card (unterstützende Mitglieder) an:

|                      |        |
|----------------------|--------|
| Mitglied             | 25 %   |
| Mitglied PLUS        | 50 %   |
| Mitglied PREMIUM     | 100 %  |
| Familiencard PLUS    | 50 %*  |
| Familiencard PREMIUM | 100 %* |

\*Gilt für im selben Haushalt lebende Ehe- bzw. Lebenspartner und Kinder bis zum vollendeten 18. Lebensjahr.

## Kursabsage

Liegen die Anmeldungen zu einem Kurs unter der jeweiligen festgesetzten Mindestteilnehmerzahl, behalten wir uns vor, den Kurs zu verschieben bzw. abzusagen.

## Allgemeines

Um bei praktischen Übungen den Aspekt der Sicherheit zu berücksichtigen, bitten wir Sie, festes Schuhwerk zu tragen. Bequeme Kleidung ist zudem von Vorteil.

## Kurse für Firmen/Vereine

Auf Wunsch werden separate Kurstermine vereinbart. Bei Gruppengrößen unter 15 Teilnehmern wird eine Pauschale verrechnet.

## Kursorte

Unsere Kurse werden in den technisch gut ausgestatteten Schulungsräumen unserer Dienststellen abgehalten. Auf Wunsch kommen wir aber auch gerne zu Ihnen.

## Duplikate von Kursbestätigungen

Sollten Sie Duplikate von Bestätigungen über bereits absolvierte Kurse benötigen, können Sie diese unter [kurse-linz@o.rotekreuz.at](mailto:kurse-linz@o.rotekreuz.at) unter Angabe Ihrer Daten (Name, Geburtsdatum und Sozialversicherungsnummer) und der Daten des besuchten Kurses (Kursart, Jahr) anfordern.

Bitte beachten Sie, dass wir Duplikate nur sieben Jahre rückwirkend ausstellen können.

Sollten Sie den betreffenden Kurs in einer Schule über das Jugendrotkreuz (JRK) absolviert haben, setzen Sie sich zwecks Duplikat bitte mit der JRK-Landesleitung unter +43 732 7644-194 in Verbindung.



# ZU 99% IST DER HERD AUS.

Ein Erste-Hilfe-Kurs  
lohnt sich zu 100%.

Jetzt  
anmelden:  
[ersthilfe.at](http://ersthilfe.at)

Mit Unterstützung von:



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

*Aus Liebe zum Menschen.*