

ANLEITUNG „NEUES KURSFORMAT“

ERSTE-HILFE-GRUNDKURS 16H

8H ONLINE-THEORIE + 8H PRAXIS

INKL. CURRICULUM FÜR LBAs

September 2025 | Ali Gürbey

Der 16h-Grundkurs kann ab jetzt auch in einem neuen Format abgehalten werden. Neben der klassischen Variante (16h Theorie und Praxis im Klassenzimmer) gibt es nun die Möglichkeit, den Kurs zu teilen:

- **8h Theorie:** Die Teilnehmenden lernen selbstständig über unsere Online-Plattform. Am Ende gibt es eine Wissensüberprüfung und ein Zertifikat.
- **8h Praxis:** Dieser Teil findet wie gewohnt im Lehrsaal mit einem LBA statt. Damit man teilnehmen kann, muss das Online-Zertifikat vorgezeigt werden.

Um das neue Angebot nutzen zu können, müssen sich die Teilnehmenden auf unserer Online-Plattform registrieren. Dort bearbeiten sie die Theorie selbstständig und schließen mit einer kurzen Wissensüberprüfung ab. Danach erhalten sie ein Zertifikat.

Der praktische Teil des Kurses wird im Klassenzimmer von einem LBA durchgeführt. Um hier teilnehmen zu können, muss das Zertifikat dem LBA vorgezeigt werden. Es ist nicht nötig, die Zertifikate aufzuheben oder ans JRK zu senden.

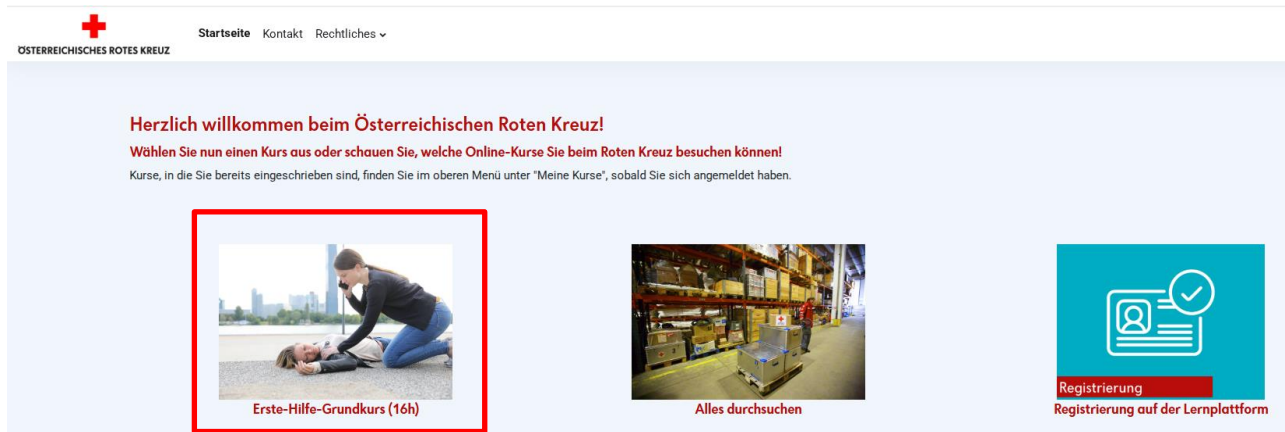
Erst wenn beide Module (online + Praxis) abgeschlossen sind, erhalten die teilnehmenden Personen die Zertifikate für den Abschluss des Kurses vom JRK in gewohnter Weise.

Der Kurs wird, bis auf den Teil der Registrierung auf unserer Online-Plattform, ident zu allen anderen Kursen abgewickelt (Kursanmeldung über Formular, Übermittlung TN-Liste, ...). Der 16h-Grundkurs kann selbstverständlich auch auf herkömmlichem Weg abgehalten werden (16 Stunden in Präsenz).

Die vortragende Person kann maximal die Anzahl der Praxisstunden verrechnen. Weitere Infos zum EH-Kurs mit e-learning unter <https://www.rote-kreuz.at/oberoesterreich/erste-hilfe-kurs-mit-e-learning>

Anleitung zur online Registrierung

1. Besuche folgende Website
<https://wissen.rotekreuz.at/>
2. Erste-Hilfe-Grundkurs (16h) anklicken



3. Es erscheint ein kleines Fenster über dem Bildschirm. Da auf der unteren Seite auf „JETZT ANMELDEN“ klicken.

Erste-Hilfe-Grundkurs (16h)



Wir freuen uns, Sie bei uns in unserem Online Erste-Hilfe-Grundkurs begrüßen zu dürfen! Dieser gliedert sich in zwei Teile, wie folgt:

1. Onlineteil (Theorie) - 8 Stunden
2. Präsenzkurs (Praktische Übungen vor Ort) - 8 Stunden

Bitte beachten: Der Präsenzkurs kann erst nach Absolvierung dieses Onlineteils besucht werden. Für den Erhalt eines Zertifikates ist die Absolvierung des Onlineteils UND des Praxisteils verpflichtend!

Der Besuch des Onlineteils ist kostenlos!

Melden Sie sich gleich auf unserer Lernplattform an:

JETZT ANMELDEN

Schließen

4. Es wird sich ein neues Browserfenster öffnen. Um ein neues Konto mittels E-Mail zu erstellen, klicke auf „Neues Konto anlegen“ und fülle die erforderlichen Felder aus.



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Login

[Kennwort vergessen?](#)

Haben Sie kein Nutzerkonto? [Neues Konto anlegen](#)

Anmelden mit

Login via ID Austria

Herzlich willkommen beim Roten Kreuz!

Um sich kostenlos und unverbindlich auf der Lernplattform wissen.rotekreuz.at zu registrieren, wählen Sie eine Anmeldemethode aus. Sie können zwischen ID-Austria oder Registrierung per e-Mail-Adresse wählen.

Ablauf

1. Wählen Sie entweder **"Neues Konto anlegen"**(e-Mail Registrierung) oder **"Anmeldung mit ID-Austria"** aus und folgen sie dann den Anweisungen.
2. Sie müssen einige Angaben für Ihren neuen Zugang machen. Bitte achten Sie beim Ausfüllen auf die Korrektheit Ihrer Angaben, denn Sie werden auch auf die Bestätigungen zu den Kursen gedruckt.
3. Sie erhalten dann umgehend eine Benachrichtigung an die von Ihnen angegebene e-Mail-Adresse. **Bitte prüfen Sie auch den SPAM-Ordner.**
4. Bestätigen Sie den Link in Ihrem e-Mail.
5. Bestätigen Sie die Nutzungs- und Datenschutzhinweise.

Allgemeine Hinweise

Die Anmeldung auf dieser Lernplattform dient nur zur Absolvierung von digitalen Inhalten. Wenn Sie sich auch für einen Erste-Hilfe-Kurs oder Praxis-Training anmelden möchten, gehen sie auf <https://www.rotekreuz.at/aktuelle-kurse> und füllen Sie dort (zusätzlich) eine Kursanmeldung aus. Nehmen Sie die Bestätigung aus dem Online-Kurs unbedingt mit zum Erste-Hilfe-Kurs oder Praxis-Training.

5. Nach erfolgreicher Registrierung kannst du dich auf der der Seite <https://wissen.rotekreuz.at/> anmelden und mit deinem Kurs starten.

Meine Kurse

Kursübersicht

Alle ▾

Suchen

Sortiert nach Kursname ▾

Kachel ▾

EH-Kurse(bis 08/2024)



ERSTE HILFE
WIRD DIGITAL

0% abgeschlossen

Erste-Hilfe-Grundkurs (16h) - Onlineteil (8h)

RÜCKFRAGEHINWEIS:

Ali Gürbey

Österreichisches Rotes Kreuz, Landesverband OÖ

Aus-, Fort- und Weiterbildung

T: +43 732 7644 193

E: Ali.Guerbey@o.roteskreuz.at

W: www.roteskreuz.at

Curriculum Erste Hilfe Praxisteil

des Österreichischen Roten Kreuzes

Version: 08|2024



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

Erste-Hilfe-Praxisteil (8 Stunden)

Eine Unterrichtseinheit besteht aus 50 Minuten Unterricht und 10 Minuten Pause.

Organisation

Zeit (min)	Inhalte	Anmerkung	Hinweise für den Unterricht
60	Eröffnung Abschluss	Für die Eröffnung und den Abschluss des Kurses stehen ca. 60min. zur Verfügung. Eröffnung: In dieser Zeit werden alle organisatorischen Punkte erledigt. Bei diesem Kurs muss auch geprüft werden, ob die TN den Online-Teil (Zertifikat mit QR-Code) absolviert haben. Der Code kann mit jedem Smartphone durch Scannen geprüft werden. Neben einer Möglichkeit zum gegenseitigen Kennenlernen, sollten auch offene Fragen aus dem Online-Teil behandelt werden. Abschluss: Ausgabe der Zertifikate Feedback	Eine Möglichkeit, um beim Einstieg eine schnelle Wissensüberprüfung abzuhalten, ist eine Flip-Chart-Party. Hierbei können die 5 großen Kapitel des Erste-Hilfe-Kurses herangezogen werden.

Themenübergreifende Inhalte

Zeit (min)	Inhalte	Grobziele	Feinziele	Hinweise für den Unterricht
laufend	Unfallverhütung	Teilnehmer:innen kennen mögliche Umstände, die zu einem Unfall führen können.	Die Teilnehmer:innen halten die genannten Beispiele für nachvollziehbar und können sie für ihren Alltag beachten bzw. anwenden.	Bei jedem durchgespielten Szenario kann man die Unfallverhütung entweder in der Nachbesprechung oder bereits bei der Szenarienbeschreibung mit allen Teilnehmer:innen durchgehen.
laufend	Notruf	Korrekte Durchführung eines Notrufs	Die Teilnehmer:innen wissen, worauf bei einem Notrufgespräch geachtet werden soll und mit welchen Notrufnummern die einzelnen Organisationen erreicht werden.	Der Notruf soll bei jedem Szenario tatsächlich kurz durchgespielt werden. Zusätzlich kann beim Notruf die „Leitstelle“ Anleitung zur Ersten Hilfe geben, falls die TN Unterstützung brauchen.
laufend	Basismaßnahmen	Teilnehmer:innen können Basismaßnahmen umsetzen.	Die Teilnehmer:innen führen alle notwendigen Basismaßnahmen der Ersten Hilfe bei jeder Erste-Hilfe-Leistung durch.	

Thema: Grundlagen der Ersten Hilfe

Zeit (min)	Inhalte	Grobziele	Feinziele	Hinweise für den Unterricht
15	Wegziehen/ Umdrehen	Teilnehmer:innen können jemand wegziehen / umdrehen.	Wegziehen: Die Teilnehmer:innen ziehen eine am Bauch oder Rücken liegende Person unter gegebenem Selbstschutz aus einer Gefahrenzone. Umdrehen: Die Teilnehmer:innen erkennen in einer Notfallsituation die Notwendigkeit der Maßnahme und drehen die reglose Person von der Bauch- in die Rückenlage.	Diese Übungen können auch in Kombination mit einer Übung beim Thema „Verkehrsunfall“ durchgeführt werden.

Thema: Leben retten

Zeit (min)	Inhalte	Grobziele	Feinziele	Hinweise für den Unterricht
20	Reglose Person, die normal atmet	Teilnehmer:innen können bei einer reglosen Person mit normaler Atmung korrekt reagieren.	Die Teilnehmer:innen erkennen eine reglose Person, die normal atmet, und können sie zur Seite drehen. Die Teilnehmer:innen können eine reglose Person, die normal atmet, bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes versorgen.	Um sicherzustellen, dass alle Teilnehmer:innen auf denselben Stand sind, ist der 2te Schritt von „4 Schritte zur Praxis“ zur Wiederholung durchzuführen.
20	Reglose Person, die nicht normal atmet	Teilnehmer:innen können bei einer reglosen Person, die nicht normal atmet, korrekt reagieren.	Die Teilnehmer:innen führen bei einer Person, die nicht normal atmet, Herzdruckmassage und Beatmung durch.	
10	Reglose Person, die nicht normal atmet (Defibrillator vorhanden)	Teilnehmer:innen können bei einer reglosen Person, die nicht normal atmet, den Defibrillator anwenden.	Die Teilnehmer:innen können einen Defibrillator verwenden.	
15	Verschlucken	Teilnehmer:innen können bei einer Person, die sich verschluckt hat, korrekt reagieren.	Die Teilnehmer:innen erkennen eine schwere Verlegung der Atemwege und führen Erste-Hilfe-Maßnahmen zur Entfernung des Fremdkörpers durch.	
15	Starke Blutung	Teilnehmer:innen können bei einer starken Blutung korrekt reagieren.	Die Teilnehmer:innen erkennen eine starke Blutung und können entsprechende Erste-Hilfe-Maßnahmen durchführen.	

Thema: Verkehrsunfall

Zeit (min)	Inhalte	Grobziele	Feinziele	Hinweise für den Unterricht
20	Helmabnahme	Teilnehmer:innen wissen, wann ein Helm abzunehmen ist.	Die Teilnehmer:innen führen bei reglosen Personen die Helmabnahme unter Berücksichtigung des Selbstschutzes durch.	Um sicherzustellen, dass alle Teilnehmer:innen auf denselben Stand sind, ist der 2te Schritt von „4 Schritte zur Praxis“ zur Wiederholung durchzuführen.
15	Rautegriff	Teilnehmer:innen wissen, wann jemand aus dem Fahrzeug zu retten ist.	Die Teilnehmer:innen führen bei reglosen Personen die Rettung aus dem Fahrzeug unter Berücksichtigung des Selbstschutzes durch.	Vorzeigen-Nachmachen

Thema: Erkrankungen

Bei dem Themengebiet „Erkrankungen“ sollen einfache Szenarien durchgeführt und nachbesprochen werden. Eine Teilnehmer:in wird als Figurantin eingesetzt. Zwei weitere als Ersthelfer:innen. Die Szenarien können und sollen bereits erlernte Fertigkeiten des Kurses beinhalten, um diese zu festigen (z. B. Notruf, Basismaßnahmen, Wegziehen, stabile Seitenlage etc.)			
Zeit (min)	Inhalte	Grobziele	Feinziele
15	Herzinfarkt	Teilnehmer:innen reagieren bei einem Herzinfarkt korrekt.	Die Teilnehmer:innen können einen möglichen Herzinfarkt erkennen und Erste-Hilfe-Maßnahmen durchführen.
15	Schlaganfall	Teilnehmer:innen reagieren bei einem Schlaganfall korrekt.	Die Teilnehmer:innen können einen möglichen Schlaganfall erkennen (FAST-Test) und führen entsprechende Erste-Hilfe-Maßnahmen durch.
15	Krampfanfall	Teilnehmer:innen reagieren bei einem Krampfanfall korrekt.	Die Teilnehmer:innen erkennen einen Krampfanfall und führen Erste-Hilfe-Maßnahmen durch.
15	Zuckerkrankheit	Teilnehmer:innen reagieren bei einer Blutzuckerentgleisung korrekt.	Die Teilnehmer:innen erkennen eine mögliche Blutzuckerentgleisung und führen Erste-Hilfe-Maßnahmen durch.
10	Asthmaanfall	Teilnehmer:innen reagieren bei einem Asthmaanfall korrekt.	Die Teilnehmer:innen erkennen einen möglichen Asthmaanfall und führen Erste-Hilfe-Maßnahmen durch.
10	Kollaps	Teilnehmer:innen reagieren bei einem Kollaps korrekt.	Die Teilnehmer:innen erkennen einen Kollaps und führen Erste-Hilfe-Maßnahmen durch.
10	Hitzenotfall	Teilnehmer:innen reagieren bei einem Hitzenotfall korrekt.	Die Teilnehmer:innen können einen Hitzenotfall erkennen und Erste-Hilfe-Maßnahmen durchführen.
15	Vergiftung	Teilnehmer:innen reagieren bei einer Vergiftung korrekt.	Die Teilnehmer:innen erkennen eine mögliche Vergiftung und führen Erste-Hilfe-Maßnahmen durch.
15	Allergische Reaktion	Teilnehmer:innen reagieren bei einer allergischen Reaktion korrekt.	Die Teilnehmer:innen erkennen eine mögliche allergische Reaktion und führen Erste-Hilfe-Maßnahmen durch.
30	Psychiatrischer Notfall	Teilnehmer:innen reagieren bei einem psychiatrischen Notfall korrekt.	Die Teilnehmer:innen können einschätzen, ob es sich um einen psychiatrischen Notfall handeln könnte. Die Teilnehmer:innen wissen, wie sie bei einem psychiatrischen Notfall vorgehen.

Thema: Verletzungen

Zeit (min)	Inhalte	Grobziele	Feinziele	Hinweise für den Unterricht
5	Verbandkasten	Die Teilnehmer:innen wissen, was in einem Verbandkasten zu finden ist und wie sie ihn öffnen bzw. von einer Halterung abnehmen.		Ein Echter Verbandkasten Z1020 Typ 1 oder 2 sollten im Lehrsaal verwendet und hergezeigt werden.
15	Pflasterverbände	Teilnehmer:innen können Pflasterverbände anlegen.	Die Teilnehmer:innen können selbst zugeschnittene Pflaster zwischen den Fingern, am Ellbogen und auf der Fingerkuppe anlegen.	Vorzeigen - Nachmachen
5	Abschürfung	Teilnehmer:innen können eine Abschürfung versorgen.	Die Teilnehmer:innen versorgen Abschürfungen (am Knie/an der Hand) mit einem keimfreien Verband.	Diese Themen sollen im Rahmen eines Stationsbetriebes geübt werden.
5	Platzwunde	Teilnehmer:innen können eine Platzwunde versorgen.	Die Teilnehmer:innen versorgen eine Platzwunde am Kopf mit einem keimfreien Verband.	
5	Schnittwunde	Teilnehmer:innen können eine Schnittwunde versorgen.	Die Teilnehmer:innen kennen die Anzeichen für eine mögliche Gehirnerschütterung. Die Teilnehmer:innen versorgen eine Schnittwunde (an der Hand) mit einem keimfreien Verband.	
5	Verbrennung/ Verätzung	Teilnehmer:innen können eine Verbrennung versorgen.	Die Teilnehmer:innen führen bei Verbrennungen/Verätzungen erforderliche Erste-Hilfe-Maßnahmen durch.	
5	Nasenbluten	Teilnehmer:innen können Nasenbluten versorgen.	Die Teilnehmer:innen führen Erste-Hilfe-Maßnahmen bei Nasenbluten durch.	
15	Knochen- / Gelenkverletzungen	Teilnehmer:innen können Knochen- / Gelenkverletzungen versorgen.	Die Teilnehmer:innen können eine offensichtliche Verletzung des Bewegungsapparates erkennen und Erste-Hilfe-Maßnahmen bei Verstauchungen, Verrenkungen oder Knochenbrüchen durchführen.	