

KURSPROGRAMM 2012



BEZIRKSSTELLE **GRAZ-UMGEBUNG** UND **GRAZ-STADT**

KURSE AUS DEN BEREICHEN **ERSTE HILFE** UND **BETREUUNG UND PFLEGE ZU HAUSE**



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

STEIERMARK

Aus Liebe zum Menschen.



BLUTSPENDEN



ÖSTERREICHISCHES
ROTES KREUZ
STEIFELD

Aus Liebe zum Menschen.

BLUTSPENDEN

im Jugend & Familiengästehaus
Idlhofgasse 74
8020 Graz

jeden Dienstag
von 16:00 - 19:00 Uhr

Wussten Sie, dass Patienten in
steirischen Krankenhäusern 1.300
Blutkonserven benötigen?

Jede Woche!

**BLUT IST LEBEN!
SPENDEN SIE LEBEN!**

**ICH DARF LEBEN!
DANK DEINER
BLUTSPENDE.**

Weitere Informationen unter:
Telefon 0800 190 190 | www.blut.at

📞 0800 190 190
www.blut.at

HELFEN IM ALLTAG

ERSTE HILFE UND PFLEGE ZU HAUSE

KOSTENLOSE INFOHOTLINE: 0800 202 144

WÄHLEN SIE IHREN KURS - IHR BESUCH KANN EIN LEBEN RETTEN!

Jedes Jahr ereignen sich in Österreich ca. 800 000 Unfälle. Etwa zwei Drittel davon passieren im privaten Bereich: im Haushalt, bei der Gartenarbeit oder beim Freizeitsport. Ein Drittel ereignet sich am Arbeitsplatz und im Straßenverkehr. Hinzu kommen noch unzählige Notfälle in Folge von Herzinfarkten, Allergien oder sonstigen plötzlichen Erkrankungen.

Immer wieder sind Kinder und Säuglinge Betroffene von Unfällen oder medizinischen Notfällen. Die meisten Notfälle mit Kindern ereignen sich in den eigenen vier Wänden oder auf Spielplätzen. Alle Unfälle und Notfälle haben eines gemeinsam: sie ereignen sich sehr oft in Gegenwart von Zeugen! Der gut ausgebildete Ersthelfer nimmt eine ganz besondere Rolle ein. Die Maßnahmen, die in den ersten Minuten für den Patienten durchgeführt werden, können im Ernstfall die Weichen für dessen weitere Gesundheit stellen. Durch gezieltes und richtiges Handeln kann man gesundheitliche Langzeitschäden oder gar einen tödlichen Ausgang verhindern.

Sie können die wenigen Handgriffe, die für eine Erste-Hilfe-Leistung nötig sind, in einem Erste Hilfe Kurs erlernen. Das Österreichische Rote Kreuz bietet in dieser Broschüre eine Vielfalt an Möglichkeiten an.

AUSBILDUNGEN FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

Rund 80 Prozent der über 60-jährigen hilfs- und pflegebedürftigen Menschen werden in Österreich von Angehörigen betreut. Pflegende Angehörige gelangen mit der übernommenen Betreuungsaufgabe oft bis an die Grenzen ihrer Kraft. Die Belastungen haben nicht selten körperliche oder psychische Erkrankungen zur Folge. Das Österreichische Rote Kreuz hat es sich zum Ziel gesetzt, mit dem umfassenden Kursangebot für pflegende Angehörige hier entscheidend entgegenzuwirken und pflegenden Angehörigen unter die Arme zu greifen.

Neben dem Gefühl, oft genug allein alle Verantwortung tragen zu müssen, fehlen Kenntnisse und Fertigkeiten, die die Pflege erleichtern. Richtiges Heben und Tragen, rückschonendes Arbeiten, Wissen über Hilfsmittel und Pflegebehelfe. Oft fehlen auch die An- und Aussprachemöglichkeiten und das nötige Wissen über Krankheiten, um Ihre Angehörigen besser pflegen zu können. Um Ihre Fachkenntnisse für die Pflege und Betreuung zu erweitern und zu vertiefen, bieten wir eine Reihe von Kursen an, die Sie in dieser Broschüre finden.

Wir freuen uns auf Ihren Kursbesuch!

ROTES KREUZ KURSPROGRAMM 2012

INHALTSANGABE

BEZIRKSSTELLENPROFILE



Bezirksstelle
Graz-Umgebung

6



Bezirksstelle
Graz-Stadt

8



Kursorte
Graz

10

ERSTE HILFE KURSE



Erste Hilfe
Grundkurs

12



Erste Hilfe
Auffrischkurs 8h

18



Erste Hilfe
Auffrischkurs 4h

22



Lebensrettende Sofortmaßnahmen
am Unfallort -
Erste Hilfe für den Führerschein

24



Kindernotfallkurs -
Erste Hilfe bei Kindernotfällen

26



Säuglingswiederbelebung

28



Verkehrsscoaching

30

ROTES KREUZ KURSPROGRAMM 2012

INHALTSANGABE

BETREUUNG UND PFLEGE ZU HAUSE

	Altersbedingte Erkrankungen	33
	Finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten, Vermeidung von Konflikten	34
	Körperpflege und Blasenschwäche	35
	Thrombose, Lungenentzündung, Gelenksversteifung, Wundliegen	36
	Schlaganfall - was nun?	37
	Rückenschonendes Arbeiten (+Vertiefung)	38
	Leben mit verwirrten Menschen	40

UNSERE SPONSOREN

IMPRESSUM



MEDIENINHABER:

Österreichisches Rotes Kreuz
Bezirksstelle Graz-Stadt, Abteilung Ausbildung
8010 Graz, Münzgrabenstraße 151

Tel.: +43 (0)50 1445 - 16419
Fax.: +43 (0)50 1445 - 167419

Redaktionelle Leitung: Jürgen Brunner
Grafische Gestaltung: Martin Steiner

Druck: Druck & Grafik Steinmann
Erscheinungsweise: jährlich
Kein Nachdruck ohne Genehmigung!

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ GRAZ-UMGEBUNG

BEZIRKSSTELLENPROFIL

KOSTENLOSE INFOHOTLINE: 0800 202 144



ÖRK Bezirksstelle Graz-Umgebung

Haushamerstraße 10
8054 Seiersberg

>> KURSANMELDUNG

Die Anmeldung zu den nachfolgend angeführten Kursen erfolgt über die RK Bezirksstelle Graz-Umgebung.

>> ANFRAGEN

Anfragen zu Kindernotfall- und Säuglingswiederbelebungskursen, Erste Hilfe Spezial für körperlich benachteiligte Personen, sowie Kurse für betriebliche Ersthelfer können Sie direkt an das Bezirkssekretariat richten.

>> INTERNET

<http://graz-umgebung.st.rotekruz.at>

>> BEZIRKSSEKRETARIAT

050 1445 17000

>> HOTLINE

0800 202 144 oder <http://ausbildung.st.rotekruz.at>

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ GRAZ-UMGEBUNG

IHRE ANSPRECHPARTNER

[HTTP://AUSBILDUNG.ST.ROTESKREUZ.AT](http://ausbildung.st.rotekreuz.at)



Philipp Reich

Bezirksbildungsbeauftragter

„Die Bezirksstelle Graz-Umgebung sowie die Ortsstellen freuen sich auf Ihren Kursbesuch!“

>> TERMINVEREINBARUNGEN UND WEITERE KURSANGEBOTE

Für Terminauskünfte, Kursanmeldungen sowie Beratung für Betriebs- und Sonderkurse, wenden Sie sich bitte an das Bezirkssekretariat unter der Telefonnummer 050 1445 17000.

Ebenso bietet die Bezirksstelle Graz-Umgebung Kindernotfallkurse, SIDS Kurse, Erste Hilfe Wiederholungs- und Auffrischkurse an! Für Termine der oben angeführten Kurse wenden Sie sich bitte an das Betriebssekretariat.

Mo.-Do. 08:00 - 16:00 Uhr und Fr. 08:00 - 12:00 Uhr

>> KONTAKT

Tel.: 0501445-17000

E-Mail: philipp.reich@st.rotekreuz.at

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ GRAZ-STADT

BEZIRKSSTELLENPROFIL

KOSTENLOSE INFOHOTLINE: 0800 202 144



>> ANFAHRT ROTES KREUZ GRAZ

Mit öffentlichen Verkehrsmittel:

Am Leichtesten erreichen Sie uns mit der Straßenbahn (Linie 6). Sie steigen in der Moserhofgasse - Ecke Münzgrabenstraße aus und gehen dann die Münzgrabenstraße stadtauswärts. Nach ca. 500m sind Sie im Einsatzzentrum des ÖRK Graz-Stadt.

Mit dem PKW:

Parkmöglichkeiten: Entweder hinter dem Einsatzzentrum (Neufeldweg) oder entlang der Brucknerstraße. Achtung: Grüne Zone!

Alle Kurse finden im Einsatzzentrum, 2. Stock, in den Seminarräumen statt.

ÖRK Bezirksstelle Graz-Stadt

Münzgrabenstraße 151
8010 Graz



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ GRAZ-STADT

IHRE ANSPRECHPARTNER

[HTTP://AUSBILDUNG.ST.ROTESKREUZ.AT](http://ausbildung.st.rotekreuz.at)



Jürgen Brunner



Claudia Darnhofer



Franz Gödl



Peter Prieschl



Maria Schierz

„Wir freuen uns, Sie zu Ihrem Wunschkurs anzumelden oder für Sie einen individuellen Gruppen- oder Firmenkurs organisieren zu dürfen!“

>> KURSE. ERSTE HILFE

Kursanmeldung, Kursorganisation, Beratung für Betriebskurse, Sonderkurse, Vereine,...

E-Mail: schulung-graz@st.rotekreuz.at

Telefon: +43 (0)50 1445 - 16419

Mo - Do 08:00 - 16:00 Uhr und Fr. 08:00 - 12:00 Uhr

>> KURSE. BETREUUNG UND PFLEGE ZU HAUSE

E-Mail: maria.schierz@st.rotekreuz.at

Telefon: +43 (0)50 1445 - 10671

Handy: +43 (0)664 82 33 878

KURSORTE GRAZ

ANFAHRTEN

KOSTENLOSE INFOHOTLINE: 0800 202 144



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

STEIERMARK

Aus Liebe zum Menschen.

>> ANFAHRT WIKI AKADEMIE

Adresse:

Ziehrerstraße 83, 8041 Graz.

Diese Kurse sind bei den Terminen farblich markiert.



>> ANFAHRT JUFA GRAZ

Adresse:

Idlhofgasse 72, 8020 Graz.

Diese Kurse sind bei den Terminen farblich markiert.



ABENTEUER ERSTE HILFE

28. - 29. Jänner 2012



Du bist zwischen 8 und 17 Jahre alt?
Du möchtest wissen, wie man im Notfall richtig reagiert?

Dann melde Dich zum ABENTEUER ERSTE HILFE an.
Alle Informationen unter 050 1445 16626.

Wir freuen uns auf Deine Anmeldung!
Die Rotkreuz-Jugend Graz-Stadt

ERSTE HILFE GRUNDKURS

ALLGEMEIN

KOSTENLOSE INFOHOTLINE: 0800 202 144



>> ZIEL

Die ersten Minuten entscheiden! Beim Eintreffen eines Notfalles sind es oft PassantInnen, ArbeitskollegInnen oder Angehörige, die Maßnahmen im Rahmen der Ersten Hilfe ergreifen müssen. Umso wichtiger ist es, umfassendes Wissen über Erste Hilfe Maßnahmen immer parat zu haben. Sehr häufig passieren Unfälle und medizinische Notfälle, die nicht unmittelbar eine lebensbedrohende Situation hervorrufen. Hier ist es ebenfalls höchst notwendig, sofort mit den Maßnahmen der Ersten Hilfe zu beginnen. Man denke an Knochenbrüche im Rahmen des Freizeitsports, Verletzungen im Betrieb oder beim Heimwerken sowie verschiedene Verletzungen und Erkrankungen in allen erdenklichen Lebenssituationen. Erste Hilfe wird immer benötigt, meist aber dann, wenn man damit überhaupt nicht rechnet!

Ziel dieses Kurses ist es, die TeilnehmerInnen mit den „Lebensrettenden Sofortmaßnahmen“ vertraut zu machen. Zu den lebensrettenden Sofortmaßnahmen zählen: Absicherung/Rettung aus der Gefahrenzone, Erste Hilfe beim Notfall Bewusstlosigkeit, Erste Hilfe beim Kreislaufstillstand, Schockbekämpfung, Erste Hilfe beim Notfall „Starke Blutung“. Die weiteren Inhalte des Kurses umfassen Themen wie die richtige Durchführung des Notrufes, Erste Hilfe bei verschiedenen Krankheitsbildern (Herzinfarkt, Diabetes, Epilepsie, allergische Reaktion, Erstickungsanfall,...) sowie Maßnahmen bei Verletzungen (Verbrennung, Wunden, Knochenbrüche,...). Die TeilnehmerInnen werden mit Hintergrundwissen zu den Themen Herzinfarkt, Schlaganfall und Unfallverhütung versorgt und im Umgang mit dem Defibrillator vertraut gemacht. Nach Abschluss des Kurses sind die TeilnehmerInnen in der Lage, in allen Situationen Erste Hilfe Maßnahmen zu ergreifen.

ERSTE HILFE GRUNDKURS

ALLGEMEIN

[HTTP://AUSBILDUNG.ST.ROTESKREUZ.AT](http://ausbildung.st.rotekreuz.at)

>> ZIELGRUPPE

Alle, die Interesse an Erster Hilfe haben, privat oder als Betriebliche ErsthelferInnen (gemäß § 26 ArbeitnehmerInnenschutzgesetz und § 40 Arbeitsstättenverordnung), Führerscheinwerber A-D, etc.

>> BESTÄTIGUNG

Die KursteilnehmerInnen erhalten auf Grund ihrer Anwesenheit mit begleitender Leistungsfeststellung eine Kursbestätigung, die auch als Nachweis über die erfolgte Unterweisung in lebensrettende Sofortmaßnahmen am Unfallort, entsprechend der Kraftfahrzeugdurchführungsverordnung 1967, 30. Novelle, § 28b, gilt.

>> DAUER

16 Stunden

>> KOSTEN

40 €



Birgit Schuler,
Lehrbeauftragte in Erster Hilfe

„Ich sehe es als absolut wichtige Aufgabe an, Menschen umfassendes Wissen in Erster Hilfe zu vermitteln! In vielen Notfallsituationen entscheiden die ersten Minuten über das weitere Schicksal eines Patienten. Da sind es die Ersthelfer die zur Stelle sind und die richtigen Maßnahmen setzen können.“

ERSTE HILFE GRUNDKURS

TERMINE

BEZIRKSSTELLE GRAZ-STADT

2-TAGES KURSE, WERKTAGS

KURS	DATUM	KURS	DATUM
01	10.01. - 11.01.	02	24.01. - 25.01.
03	07.02. - 08.02.	04	28.02. - 29.02.
05	20.03. - 21.03.	06	03.04. - 04.04.
07	24.04. - 25.04.	08	08.05. - 09.05.
09	22.05. - 23.05.	10	05.06. - 06.06.
11	19.06. - 20.06.	12	03.07. - 04.07.
13	17.07. - 18.07.	14	31.07. - 01.08.
15	14.08. - 15.08.	16	04.09. - 05.09.
17	18.09. - 19.09.	18	02.10. - 03.10.
19	16.10. - 17.10.	20	06.11. - 07.11.
21	20.11. - 21.11.	22	04.12. - 05.12.
23	18.12. - 19.12.		

Kurszeiten: jeweils 08:00 - 17:00 Uhr

Kursort: Rotes Kreuz Graz
Münzgrabenstraße 151
2. Stock

außer:  Wiki
Zieherstraße 83
8041 Graz

4-TAGES KURSE, ABENDS

KURS	TEIL 1	TEIL 2	TEIL 3	TEIL 4
01	06.02.	08.02.	13.02.	15.02.
02	16.04.	18.04.	23.04.	25.04.
03	09.07.	12.07.	16.07.	18.07.
04	10.09.	12.09.	17.09.	19.09.
05	19.11.	21.11.	26.11.	28.11.

Kurszeiten: jeweils 18:00 - 22:00 Uhr

2-TAGES KURSE, WOCHENENDE

KURS	DATUM	KURS	DATUM
01	21.01. - 22.01.	02	11.02. - 12.02.
03	17.03. - 18.03.	04	21.04. - 22.04.
05	12.05. - 13.05.	06	16.06. - 17.06.
07	21.07. - 22.07.	08	11.08. - 12.08.
09	15.09. - 16.09.	10	13.10. - 14.10.
11	17.11. - 18.11.	12	15.12. - 16.12.

Kurszeiten: jeweils 08:30 - 17:30 Uhr

ERSTE HILFE GRUNDKURS

TERMINE

BEZIRKSSTELLE GRAZ-UMGEBUNG

ORTSSTELLE SEIERSBERG

KURS	DATUM			
01	03.04.	10.04.	17.04.	24.04.
02	04.10.	11.10.	18.10.	25.10.

Kurszeiten: jeweils 18:00 - 22:00 Uhr
Kursort: Schulungssaal der
Bezirksstelle Graz-Umgebung

ORTSSTELLE FROHNLEITEN

KURS	DATUM			
01	31.01.	02.02.	07.02.	09.02.
02	16.10.	18.10.	23.10.	25.10.

Kurszeiten: jeweils 18:00 - 22:00 Uhr
Kursort: Schulungssaal der
Ortsstelle Frohnleiten

ORTSSTELLE KALSDORF

KURS	DATUM	
01	19.05.	26.05.
02	22.09.	29.09.

Kurszeiten: jeweils 08:00 - 16:00 Uhr
Kursort: Schulungssaal der
Ortsstelle Kalsdorf

ORTSSTELLE KUMBERG

KURS	DATUM			
01	05.03.	12.03.	19.03.	26.03.
02	01.10.	08.10.	15.10.	22.10.

Kurszeiten: jeweils 18:00 - 22:00 Uhr
Kursort: Schulungssaal der
Ortsstelle Kumberg

ERSTE HILFE GRUNDKURS

TERMINE

BEZIRKSSTELLE GRAZ-UMGEBUNG

ORTSSTELLE LIEBOCH

KURS	DATUM			
01	08.02.	*	*	*
02	07.11.	*	*	*

* **Info:** die weiteren Termine werden mit den TeilnehmerInnen am 1. Kursabend vereinbart!

Kurszeiten: jeweils 18:00 - 22:00 Uhr
Kursort: Schulungssaal der
Ortsstelle Lieboch

ORTSSTELLE NESTELBACH

KURS	DATUM			
01	19.11.	20.11.	21.11.	22.11.

Kurszeiten: jeweils 18:00 - 22:00 Uhr
Kursort: Schulungssaal der
Ortsstelle Nestelbach

ORTSSTELLE GRATKORN

KURS	DATUM			
01	13.03.	14.03.	20.03.	21.03.
02	19.06.	20.06.	26.06.	27.06.
03	13.11.	14.11.	20.11.	21.11.

Kurszeiten: jeweils 18:00 - 22:00 Uhr
Kursort: Schulungssaal der
Ortsstelle Gratkorn

ORTSSTELLE ÜBELBACH

Für alle Termine der Ortsstelle Übelbach wenden Sie sich bitte an unser Bezirkssekretariat.



ZIVILDIENTST BEIM ROTEN KREUZ

MEHR ALS NUR PFLICHT

- Sie erhalten eine Ausbildung zum Rettungsanwärter; das ist eine Berufsausbildung, die Ihr weiteres Berufsleben sehr positiv beeinflussen kann und Ihre soziale Kompetenz stärkt.
- Sie arbeiten in einer internationalen Hilfsorganisation – Ihre Entscheidung ist uns wichtig, Ihr persönlicher Einsatz lohnt sich!
- Ein Team von vielen Gleichgesinnten erwartet Sie!
- Wir helfen Ihnen bei der Vereinbarung Ihres Wunschtermines. Dienstantrittsmöglichkeit: März – August – Oktober

INFOS erhalten Sie bei Ihrer Rotkreuz-Bezirksstelle oder im Landesverband Steiermark
des Österreichischen Roten Kreuzes: 8010 Graz, Merangasse 26, Telefon 050 144 5-10 330,
e-mail: edith.weiss@st.rotekreuz.at, www.st.rotekreuz.at



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ
STEIERMARK

Aus Liebe zum Menschen.

ERSTE HILFE AUFFIRSCHUNGSKURS 8 STUNDEN

ALLGEMEIN

KOSTENLOSE INFOHOTLINE: 0800 202 144



>> ZIEL

Ziel dieses Kurses ist es, das Erlernte aus dem Erste Hilfe Grundkurs zu wiederholen und zu festigen. Die Inhalte des Kurses umfassen die „Lebensrettenden Sofortmaßnahmen“ (Absichern/Retten aus der Gefahrenzone, Erste Hilfe beim Notfall Bewusstlosigkeit, Erste Hilfe beim Kreislaufstillstand, Schockbekämpfung, Erste Hilfe beim Notfall „Starke Blutung“), weiters wird auf die richtige Durchführung des Notrufes eingegangen, sowie die Anwendung des Defibrillators trainiert. Im Kurs wird auch auf alle Neuerungen und Veränderungen aus dem Bereich der Ersten Hilfe eingegangen.

>> ZIELGRUPPE

- Alle, die sich Wissen in Erster Hilfe aneignen oder auffrischen wollen.
- Personen, die in ihrer Arbeitsstätte als betriebliche ErsthelferInnen tätig sind und die Berechtigung dafür lt. ArbeitnehmerInnenschutzgesetz § 26 für die nächsten vier Jahre auffrischen müssen.
- Personen, die für ihre Tätigkeit eine Auffrischung in Erster Hilfe benötigen.

>> BESTÄTIGUNG

Die TeilnehmerInnen erhalten eine Bestätigung über den Kursbesuch.

>> DAUER

8 Stunden

>> KOSTEN

30 €

ERSTE HILFE AUFFRISCHUNGSKURS 8 STUNDEN

TERMINE

BEZIRKSSTELLE GRAZ-STADT

ERSTE HILFE AUFFRISCHUNG TAGESKURSE

KURS	DATUM	KURS	DATUM
01	17.01.	02	15.02.
03	07.03.	04	22.03.
05	17.04.	06	03.05.
07	24.05.	08	12.06.
09	28.06.	10	19.07.
11	07.08.	12	06.09.
13	04.10.	14	18.10.
15	08.11.	16	27.11.
17	12.12.		

Kurszeiten: jeweils 08:00 - 16:00 Uhr
Kursort: Rotes Kreuz Graz,
Münzgrabenstraße 151, 2. Stock

ERSTE HILFE AUFFRISCHUNG ABENDKURSE

KURS	DATUM	KURS	DATUM
01	12.03. - 14.03.	02	30.05. - 31.05.
03	25.09. - 27.09.	04	13.11. - 15.11.

Kurszeiten: jeweils 18:00 - 22:00 Uhr
Kursort: Rotes Kreuz Graz,
Münzgrabenstraße 151, 2. Stock

ERSTE HILFE AUFFIRSCHUNGSKURS 8 STUNDEN

TERMINE

BEZIRKSSTELLE GRAZ-UMGEBUNG

ORTSSTELLE ÜBELBACH

KURS	DATUM
01	22.09.

Kurszeiten: jeweils 08:00 - 16:00 Uhr

Kursort: Ortsstelle Übelbach

Weitere Kurstermine an unseren anderen Ortsstellen erfahren Sie unter 050 1445 17000 im Bezirkssekretariat!

ERSTE HILFE IN BETRIEBEN

Aus Liebe zum Menschen.



ÖSTERREICHISCHES
ROTES KREUZ
STEIERMARK

Wir bilden Sie aus

Wir organisieren gerne - individuell für Betriebe - Ausbildungen zur betrieblichen Ersthelferin / zum betrieblichen Ersthelfer.



Hotline

0800 202 144

Info

<http://ausbildung.st.roteskreuz.at>

ERSTE HILFE AUFFIRSCHUNGSKURS 4 STUNDEN

ALLGEMEIN

KOSTENLOSE INFOHOTLINE: 0800 202 144



>> ZIEL

Ziel dieses Kurses ist es, das Wesentliche aus dem Erste Hilfe Grundkurs zu wiederholen und zu festigen. Die Inhalte des Kurses umfassen die „Lebensrettenden Sofortmaßnahmen“ (Absichern/Retten aus der Gefahrenzone, Erste Hilfe beim Notfall Bewusstlosigkeit, Erste Hilfe beim Kreislaufstillstand, Schockbekämpfung, Erste Hilfe beim Notfall „Starke Blutung“). Weiters wird auf die richtige Durchführung des Notrufes eingegangen, sowie die Anwendung des Defibrillators trainiert. Im Kurs wird auch auf alle Neuerungen und Veränderungen aus dem Bereich der Ersten Hilfe eingegangen. Dieser Kurs bietet den TeilnehmerInnen die Möglichkeit, mit relativ geringem Zeitaufwand die Berechtigung für die Tätigkeit als betriebliche/r ErsthelferIn aufzufrischen.

>> ZIELGRUPPE

- Alle, die sich Wissen in Erster Hilfe aneignen oder auffrischen wollen.
- Personen, die in ihrer Arbeitsstätte als betriebliche ErsthelferInnen tätig sind und die Berechtigung dafür lt. ArbeitnehmerInnenschutzgesetz § 26 für die nächsten zwei Jahre auffrischen müssen.
- Personen, die für ihre Tätigkeit eine Auffrischung in Erster Hilfe benötigen.

>> BESTÄTIGUNG

Alle TeilnehmerInnen, die den Kurs im vollen Umfang absolviert haben erhalten darüber einen Nachweis.

>> DAUER UND KOSTEN

4 Stunden, 20 €

ERSTE HILFE AUFFIRSCHUNGSKURS 4 STUNDEN

TERMINE

BEZIRKSSTELLE GRAZ-STADT

ERSTE HILFE AUFFRISCHUNG TAGESKURSE

KURS	DATUM	KURS	DATUM
01	02.02.	02	13.04.
03	21.06.	04	16.08.
05	09.10.	06	22.11.

Kurszeiten: jeweils 08:00 - 12:00 Uhr
Kursort: Rotes Kreuz Graz,
Münzgrabenstraße 151, 2. Stock

ERSTE HILFE AUFFRISCHUNG ABENDKURSE

KURS	DATUM	KURS	DATUM
01	09.03.	02	01.06.
03	28.09.	04	30.11.

Kurszeiten: jeweils 18:00 - 22:00 Uhr
Kursort: Rotes Kreuz Graz,
Münzgrabenstraße 151, 2. Stock

BEZIRKSSTELLE GRAZ-UMGEBUNG

ORTSSTELLE NESTELBACH

KURS	DATUM
01	25.04.
02	26.09.

Kurszeiten: jeweils 18:00 - 22:00 Uhr
Kursort: Schulungsraum der
Ortsstelle Nestelbach

Weitere Kurstermine an unseren anderen Ortsstellen erfahren Sie unter 050 1445 17000 im Bezirkssekretariat!

LEBENSRETTENDE SOFORTMAßNAHMEN AM UNFALLORT - FÜHRERSCHEINKURS ALLGEMEIN

KOSTENLOSE INFOHOTLINE: 0800 202 144



>> ZIEL

Die Unterweisung in lebensrettende Sofortmaßnahmen am Ort des Verkehrsunfalls hat zum Ziel, den BewerberInnen um eine LenkerInnenberechtigung für die Gruppen A, B, C, F und G durch theoretische Unterweisung und praktische Übungen in der Dauer von mindestens 6 Stunden die Grundzüge der Erstversorgung von Unfallverletzten im Straßenverkehr zu vermitteln.

>> ZIELGRUPPE

Erwachsene und Schüler ab der 8. Schulstufe

>> BESTÄTIGUNG

Die TeilnehmerInnen erhalten bei vollständiger Anwesenheit eine Bestätigung über den Kursbesuch lt. Kraftfahrzeugesetzdurchführungsverordnung 1967, 30. Novelle, § 28b.

>> DAUER

6 Stunden

>> KOSTEN

35 €

LEBENSRETTENDE SOFORTMAßNAHMEN AM UNFALLORT - FÜHRERSCHEINKURS

TERMINE

BEZIRKSSTELLE GRAZ-STADT

LEBENSRETTENDE SOFORTMASSNAHMEN AM UNFALLORT TAGESKURSE

MONAT	DATUM		
JÄNNER	07.01.	21.01.	
FEBRUAR	04.02.	18.02.	
MÄRZ	03.03.	17.03.	30.03.
APRIL	14.04.	28.04.	
MAI	12.05.	26.05.	
JUNI	09.06.	23.06.	
JULI	07.07.	21.07.	
AUGUST	04.08.	18.08.	
SEPTEMBER	01.09.	15.09.	29.09.
OKTOBER	13.10.	27.10.	
NOVEMBER	10.11.	24.11.	
DEZEMBER	08.12.	22.12.	

Kurszeiten: jeweils 08:30 - 14:30 Uhr
Kursort: Rotes Kreuz Graz
Münzgrabenstraße 151, 2. Stock

Wiki 
Ziehrerstraße 83



Manuel Kürzenberger,
Lehrbeauftragter in Erster Hilfe

„Die vielleicht wichtigste Botschaft, die ich meinen KursteilnehmerInnen durch gezielte Information und gemeinsames Üben vermitteln möchte, ist – Erste Hilfe ist einfach! Tun Sie es einfach! “

JUFA 
Idlhofgasse 72

KINDERNOTFALLKURS

ALLGEMEIN

KOSTENLOSE INFOHOTLINE: 0800 202 144



>> ZIEL

„Kinder sind keine kleine Erwachsene!“

In Österreich verunglücken jedes Jahr unzählige Kinder im Straßenverkehr, beim Spielen, beim Baden bzw. werden zu kleinen NotfallpatientInnen nach plötzlich auftretenden Erkrankungen oder Vergiftungen. Deshalb bietet das Rote Kreuz Erste-Hilfe - Kurse für Notfälle im Kindesalter an. Dort lernt man das richtige Verhalten bei Notfällen im Kindesalter und die richtigen Erste Hilfe - Maßnahmen bei Kindern.

Die umfangreichen Inhalte des Kurses reichen vom richtigen Verhalten beim Verschlucken von Fremdkörpern, über besondere Kindernotfälle - wie Pseudokrupp -, bis hin zur Wiederbelebung. Besonderes Augenmerk wird auf die Unfallverhütung gelegt, wobei Kindersicherheitsvorrichtungen für zu Hause vorgestellt werden.

>> ZIELGRUPPE

Eltern und alle, die viel Kontakt mit Kindern haben.

>> BESTÄTIGUNG

Die TeilnehmerInnen erhalten eine Bestätigung über den Kursbesuch.

>> DAUER UND KOSTEN

4 Stunden, 30 €

>> UNSER KOOPERATIONSPARTNER



KINDERNOTFALLKURS

TERMINE

BEZIRKSSTELLE GRAZ-STADT

KINDERNOTFALLKURS TAGESKURSE

KURS	DATUM	KURS	DATUM
01	18.02.	02	14.04.
03	16.06.	04	11.08.
05	06.10.	06	01.12.

Kurszeiten: jeweils 08:30 - 12:30 Uhr
Kursort: Rotes Kreuz Graz,
Münzgrabenstraße 151, 2. Stock

KINDERNOTFALLKURS ABENDKURSE

KURS	DATUM	KURS	DATUM
01	10.01. + 12.01.	02	13.03. + 15.03.
03	08.05. + 10.05.	04	10.07. + 12.07.
05	18.09. + 19.09.	06	06.11 + 08.11.

Kurszeiten: jeweils 19:00 - 21:00 Uhr
Kursort: Rotes Kreuz Graz,
Münzgrabenstraße 151, 2. Stock

BEZIRKSSTELLE GRAZ-UMGEBUNG

ORTSSTELLE GRATKORN

KURS	DATUM
01	25.09.

Kurszeiten: jeweils 18:00 - 22:00 Uhr
Kursort: Ortsstelle Gratkorn

Weitere Kurstermine an unseren anderen Ortsstellen erfahren Sie unter 050 1445 17000 im Bezirkssekretariat!

SÄUGLINGSWIEDERBELEBUNG

ALLGEMEIN

KOSTENLOSE INFOHOTLINE: 0800 202 144



>> ZIEL

Der Säuglingswiederbelebungs-kurs richtet sich an alle, die mehr zum Thema Erste Hilfe im Säuglingsalter wissen wollen. In diesem Kurs wird speziell auf Risikofaktoren und die Vorbeugung beim plötzlichen Säuglingstod (SIDS) eingegangen. Des Weiteren werden Wiederbelebungsmaßnahmen bei Säuglingen demonstriert. Anschließend erhalten alle TeilnehmerInnen die Möglichkeit, an speziellen Wiederbelebungs-puppen zu üben. Es wird auf alle Fragen rund um die Erste Hilfe beim Säugling eingegangen.

>> ZIELGRUPPE

Eltern und werdende Eltern, sowie alle, die am Thema Interesse haben.

>> BESTÄTIGUNG

Die TeilnehmerInnen erhalten eine Bestätigung über den Kursbesuch.

>> DAUER UND KOSTEN

2 Stunden, kostenlos

>> UNSER KOOPERATIONSPARTNER



SÄUGLINGSWIEDERBELEBUNG

TERMINE

BEZIRKSSTELLE GRAZ-STADT

SÄUGLINGSWIEDERBELEBUNG TAGESKURSE

KURS	DATUM		
JÄNNER	05.01.	19.01.	
FEBRUAR	02.02.	16.02.	
MÄRZ	01.03.	15.03.	29.03.
APRIL	12.04.	26.04.	
MAI	10.05.	24.05.	
JUNI	06.06.	21.06.	
JULI	05.07.	19.07.	
AUGUST	02.08.	16.08.	30.08.
SEPTEMBER	13.09.	27.09.	
OKTOBER	11.10.	25.10.	
NOVEMBER	08.11.	22.11.	
DEZEMBER	06.12.	20.12.	

Kurszeiten:

jeweils 19:30 - 20:30 Uhr

Kursort:

Mehrzweckraum der Univ. Klinik
f. Kinderchirurgie, LKH Graz

VERKEHRSCOACHING

ALLGEMEIN

KOSTENLOSE INFOHOTLINE: 0800 202 144



>> ZIELE & INHALTE

Bei einem Verkehrskoaching sollen die besonderen Gefahren des Lenkens von Kraftfahrzeugen unter Alkoholeinfluss und dessen Folgen bewusst gemacht werden. Die TeilnehmerInnen erfahren beispielsweise welche körperlichen Folgen Alkoholkonsum hat, und werden motiviert, sich mit dem eigenen Verhalten und Lösungsstrategien auseinanderzusetzen.

>> ZIELGRUPPE

Wann ist ein Verkehrskoaching fällig?

AlkolenkerInnen, die das erste Mal ein Alkoholdelikt im Bereich von 0,8 bis 1,19 Promille begehen, müssen seit 1. September 2009 ein Verkehrskoaching absolvieren. Das trifft nicht auf ProbeführerscheinbesitzerInnen zu, da diese ohnehin eine Nachschulung absolvieren müssen.

>> BESTÄTIGUNG

Die TeilnehmerInnen erhalten nach dem Kursbesuch eine Bescheinigung, die der Behörde übermittelt werden muss.

>> DAUER

4 Stunden

>> KOSTEN

Das Verkehrskoaching kostet 100 Euro (gilt sowohl für Gruppen- als auch für Einzelkurse). Die Gebühren sind gesetzlich festgelegt.

VERKEHRSCOACHING

TERMINE

BEZIRKSSTELLE GRAZ-STADT

VERKEHRSCOACHING ABENDKURSE

KURS	DATUM	KURS	DATUM
01	13.01.	02	03.02.
03	02.03.	04	06.04.
05	04.05.	06	01.06.
07	06.07.	08	03.08.
09	07.09.	10	05.10.
11	02.11	12	07.12.

Kurszeiten: freitags, jeweils 18:00 - 22:00 Uhr
Kursort: Rotes Kreuz Graz,
Münzgrabenstraße 151,
2. Stock

VERKEHRSCOACHING VORMITTAGSKURSE

KURS	DATUM	KURS	DATUM
01	21.01.	02	18.02.
03	17.03.	04	21.04.
05	19.05.	06	16.06.
07	21.07.	08	18.08.
09	15.09.	10	20.10.
11	17.11.	12	15.12.

Kurszeiten: samstags, jeweils 08:00 - 12:00 Uhr
Kursort: Rotes Kreuz Graz,
Münzgrabenstraße 151,
2. Stock

außer 
WIKI
Ziehrerstraße 83



VERKEHRSCOACHING

Das erste Mal mit Alkohol am Steuer erwischt worden?
Zwischen 0,8-1,19 Promille gehabt?
Führerschein weg und Verkehrscoaching fällig?

WIR KÖNNEN HELFEN.

BESUCHEN SIE UNS IM INTERNET!

Auf www.verkehrskoaching.com finden Sie:

- Fragen-Antworten-Forum (FAQ) und nützliche Links
- Konkrete Termine, Kursorte und die Möglichkeit zur Onlineanmeldung
- Routenplaner zu den Kursorten und vieles mehr



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

In Kooperation mit dem
KfV

www.verkehrskoaching.com

Tel: 0664-304 04 03

ALTERSBEDINGTE ERKRANKUNGEN

BETREUUNG UND PFLEGE ZU HAUSE

<http://ausbildung.st.rotekreuz.at>



>> INHALT THEORIE

Warnsignale des Körpers erkennen, Früherkennung von körperlichen und geistigen Veränderungen im Alter (Geschmacks-, Geruchs- und Tastsinn), Grundregeln für den Umgang mit hörbehinderten und sehbehinderten Menschen, Krankheitsanzeichen erkennen, Maßnahmen bei Schüttelfrost, Fieber, Puls und Blutdruckerhöhung, Information über Wohnraumgestaltung für ältere Menschen, Hilfsmittel für pflegebedürftige Menschen.

>> INHALT PRAXIS

Demonstration: Blutdruckmessen, Puls fühlen, Wadenwickel, Leintuchwechsel bei einem liegenden Patienten

>> DAUER

4 Stunden

>> KOSTEN

30 €

>> BESTÄTIGUNG

Die TeilnehmerInnen erhalten eine Bestätigung über den Kursbesuch.

>> VORTRAGENDE

DGKS Maria Schierz, Public Health

>> TERMINE

KURS	DATUM
01	07.02.
02	11.04.
03	10.10.

Kurszeiten:

jeweils 17:00 - 21:00

Kursort:

Stützpunkt Lend
Neubaugasse 112
8020 Graz

FINANZIELLE UNTERSTÜTZUNG UND VERMEIDUNG VON KONFLIKTEN

BETREUUNG UND PFLEGE ZU HAUSE

KOSTENLOSE INFOHOTLINE: 0800 202 144



>> INHALT

Hilfe organisieren:

Wenn der Pflegebedarf des Angehörigen größer wird, braucht es mehr Information über externe Dienste und Serviceleistungen: Pflegegeld, Selbstversicherung für pflegende Angehörige, beitragsfreie Mitversicherung in der Krankenversicherung, Familienhospizkarenz, Pflegeersatzleistung bei Pflegeverhinderung, Kurse für pflegende Angehörige usw.

Bedeutung der Kommunikation

Reden und Zuhören benötigt viel Verständnis und Einfühlungsvermögen. Einschränkungen aufgrund von Schwerhörigkeit und anderen Störungen erklären, weshalb Gespräche bei der Pflegearbeit schwierig sein können. Durch fördernde Gesprächstechniken und Kommunikations-Übungen kann eine gute Gesprächsbasis ermöglicht werden.

>> DAUER

4 Stunden

>> KOSTEN

30 €

>> BESTÄTIGUNG

Die TeilnehmerInnen erhalten eine Bestätigung über den Kursbesuch.

>> VORTRAGENDE

DGKS Maria Schierz, Public Health

>> TERMINE

KURS	DATUM
01	21.03.
02	14.11.

Kurszeiten:

jeweils 17:00 - 21:00

Kursort:

Stützpunkt Lend
Neubaugasse 112
8020 Graz

KÖRPERPFLEGE UND BLASENSCHWÄCHE

BETREUUNG UND PFLEGE ZU HAUSE

[HTTP://AUSBILDUNG.ST.ROTESKREUZ.AT](http://ausbildung.st.rotekreuz.at)



>> INHALT THEORIE

Körperpflege

Unterstützung bei der Körperpflege, (Bad, Ganzkörperwaschung, Intimpflege, Mund- und Zahnpflege, Haarpflege, Nagelpflege, Kleiderwechsel, Hautpflege, Hilfsmittel)

Inkontinenz

mögliche Ursachen für Harninkontinenz, Vorbeugung, Hilfsmittel zur Ausscheidung und worauf bei Einlagen besonders zu achten ist, richtige Anwendung und Produktwahl, Wahrung der Intimsphäre

>> INHALT PRAXIS

Körperpflege mit Pflegepuppe im Bett, Demonstration: Anziehhilfen, Mundhygiene, Prothesenpflege, Hautpflegeprodukte ausprobieren.

Inkontinenz

Einlagenwechsel, Leibschüssel reichen, Blasenkatheterpflege, Hautpflege.

>> DAUER

4 Stunden

>> KOSTEN

30 €

>> BESTÄTIGUNG

Die TeilnehmerInnen erhalten eine Bestätigung über den Kursbesuch.

>> VORTRAGENDE

DGKS Maria Schierz, Public Health

>> TERMINE

KURS	DATUM
01	02.02.
03	17.06.
05	05.10.

Kurszeiten:

jeweils 08:00 - 12:00

Kursort:

Stützpunkt Gries

Albert Schweitzergasse 36

8020 Graz

THROMBOSE, LUNGENENTZÜNDUNG, GELENKSVERSTEIFUNG, WUNDLIEGEN BETREUUNG UND PFLEGE ZU HAUSE

KOSTENLOSE INFOHOTLINE: 0800 202 144



>> INHALT THEORIE

Bewegungsmangel:

Erkrankungen und Komplikationen (Lungenentzündung, Venenprobleme/Thrombose, Gelenksversteifung, Druckgeschwür/Dekubitus).

Hautprobleme erkennen, vorbeugen, Maßnahmen bei Problemen

>> INHALT PRAXIS

Grundregeln der Mobilisation

Hilfe beim Aufstehen und Gehen, Transfer vom Bett in den Rollstuhl, Einsatz von Gehhilfen, Unterstützung beim Abhusten, Inhalation, Atemunterstützende Massage, Verwendung von Stützstrümpfen, korrektes Anlegen eines Stützverbands mit elastischen Binden,... Hautschäden vorbeugen: Lagerungswechsel im Liegen und im Sitzen

>> DAUER

4 Stunden

>> KOSTEN

30 €

>> BESTÄTIGUNG

Die TeilnehmerInnen erhalten eine Bestätigung über den Kursbesuch.

>> VORTRAGENDE

DGKS Maria Schierz, Public Health

>> TERMINE

KURS	DATUM
01	15.03
02	22.11

Kurszeiten:

jeweils 17:00 - 21:00

Kursort:

Stützpunkt Gries
Albert Schweitzergasse 36
8020 Graz

SCHLAGANFALL - WAS NUN?

BETREUUNG UND PFLEGE ZU HAUSE

KOSTENLOSE INFOHOTLINE: 0800 202 144



>> INHALT THEORIE

Das Bewältigen der Folgen eines Schlaganfalls erfordert viel Geduld und Wissen um die Hintergründe der Erkrankung, sowie Übung im richtigen Umgang mit dem Betroffenen. Information über notwendige Wohnungs- und Raumgestaltung erleichtert die Pflege zu Hause.

>> INHALT PRAXIS

Um „Handling und spezielle Lagerung“ in die Praxis umsetzen zu können, wird im Kurs mit allen TeilnehmerInnen mit Rollstuhl direkt am Krankenbett geübt.

>> DAUER

4 Stunden

>> KOSTEN

30 €

>> BESTÄTIGUNG

Die TeilnehmerInnen erhalten eine Bestätigung über den Kursbesuch.

>> VORTRAGENDE

DGKS Maria Schierz, Public Health

>> TERMINE

KURS	DATUM
01	17.01.
02	17.05.
03	17.10.

Kurszeiten:

jeweils 17:00 - 21:00

Kursort:

Stützpunkt Gries

Albert Schweitzergasse 36

8020 Graz

RÜCKENSCHONENDES ARBEITEN

BETREUUNG UND PFLEGE ZU HAUSE

KOSTENLOSE INFOHOTLINE: 0800 202 144



>> INHALT THEORIE

Pflege ist (auch) Schwerarbeit. Die Anwendung geeigneter Techniken verhindert übermäßige Belastungen der Wirbelsäule und tut auch dem Pflegebedürftigen gut.

>> INHALT PRAXIS

Rückenschonende Arbeitsweise beim Aufsetzen des Kranken am Bettrand, Transfer vom Bett auf einen Sessel, Höherrutschen im Bett, Aufrechtsetzen im Bett, Rückenlage, Seitenlage, wird am Krankenbett und mit Rollstuhl geübt.

>> DAUER

4 Stunden

>> KOSTEN

30 €

>> BESTÄTIGUNG

Die TeilnehmerInnen erhalten eine Bestätigung über den Kursbesuch.

>> VORTRAGENDE

DGKS Maria Schierz, Public Health

>> TERMINE

KURS	DATUM
01	21.03.
02	14.11.

Kurszeiten:

jeweils 17:00 - 21:00

Kursort:

Stützpunkt Gries
Albert Schweitzergasse 36
8020 Graz

RÜCKENSCHONENDES ARBEITEN (VERTIEFUNG)

BETREUUNG UND PFLEGE ZU HAUSE

KOSTENLOSE INFOHOTLINE: 0800 202 144



>> INHALT PRAXIS

Die Anwendung geeigneter Techniken verhindert übermäßige Belastungen der Wirbelsäule und tut auch dem Pflegebedürftigen gut.

Durch mehrfache Wiederholungen und Übungsmöglichkeiten soll das Erlernete gefestigt werden.

Denn je besser die Vorbereitung auf die Pflege zu Hause ist, umso besser kann sie gelingen

>> DAUER

4 Stunden

>> KOSTEN

30 €

>> BESTÄTIGUNG

Die TeilnehmerInnen erhalten eine Bestätigung über den Kursbesuch.

>> VORTRAGENDE

DGKS Maria Schierz, Public Health

>> TERMINE

KURS	DATUM
01	26.04.
02	15.09.

Kurszeiten:

jeweils 17:00 - 21:00

Kursort:

Stützpunkt Gries

Albert Schweitzergasse 36
8020 Graz

LEBEN MIT VERWIRRTEN MENSCHEN

BETREUUNG UND PFLEGE ZU HAUSE

KOSTENLOSE INFOHOTLINE: 0800 202 144



>> INHALT THEORIE

Der kranke Mensch braucht in seiner Situation ein Höchstmaß an Sicherheit und Vertrauen, möchte ernst genommen und verstanden werden.

Wie können Angehörige die wunderliche Welt demenzkranker Menschen besser verstehen?

Wie gehen Angehörige mit schwierigen Verhaltensweisen in Alltagssituationen einfühlsam um?

Um das Zusammenleben mit dem dementen (verwirrten) Menschen zu meistern, braucht es ein hohes Maß an Einfühlungsvermögen, Wissen und eine spezielle Methode der Kommunikation, aber auch den richtigen Abstand.

>> DAUER

6 Stunden

>> KOSTEN

30 €

>> BESTÄTIGUNG

Die TeilnehmerInnen erhalten eine Bestätigung über den Kursbesuch.

>> VORTRAGENDE

DGKS Maria Schierz, Public Health

>> TERMINE

KURS	DATUM
01	18.05.
02	26.04.
03	07.11.

Kurszeiten:

jeweils 17:00 - 21:00

Kursort:

Stützpunkt Lend
Neubaugasse 112
8020 Graz

Rufhilfe

Hilfe auf Knopfdruck

Sicherheit und Geborgenheit in vertrauter Umgebung



Aus Liebe zum Menschen.

Gratis Info
0800 222 144

www.rufhilfe-steiermark.at

WIR DANKEN UNSEREN SPONSOREN



Ihr Partner für Stanz- und Biegeteile
www.anker.at office@anker.at



WIR DANKEN UNSEREN SPONSOREN



Pflegebetten und Zubehör für die Krankenpflege



LORENZ GmbH
PFLEGE BETTEN 

Wilfersdorf 164, 8200 Gleisdorf
Tel: 03112 22 509 oder 0664 30 50 300
www.lorenz-pflegebetten.at

