

## Psychische Erste Hilfe



Es sind eben oft nicht nur die sichtbaren Wunden und Verletzungen, die versorgt werden müssen. Viel schwerer zu sehen sind die psychischen Verletzungen, gerade nach belastenden Ereignissen wie Unfällen, Naturkatastrophen aber auch Notfällen in den eigenen vier Wänden. All das führt zu psychischen Ausnahmesituationen für Angehörige, Freunde oder Helfer:innen. Alter spielt dabei keine Rolle: Erwachsene sind hier ebenso betroffen wie Kinder und Jugendliche.

In diesem Kurs vermitteln wir die Definition von Psychischer Erste Hilfe. Außerdem werden Grundzüge der Psychischen Erste Hilfe, Unterstützungsangebote, Selbstfürsorge und weitere Unterstützungsleistungen besprochen. In einem ersten Schritt soll vor allem das Wissen um die Herausforderungen psychischer Probleme geschärft werden, um Vorurteile abzubauen. Denn: Wegzuschauen hilft niemanden.

**4-Stunden Psychische Erste Hilfe kompakt (1 Tag)**

27.03. | 18.09.

🕒 18:00  
- 22:00

€ 55

**16-Stunden Psychische Erste Hilfe vertieft (2 Tage)**

26.09. & 03.10.

🕒 09:00  
- 18:00

€ 155

**Nutzen Sie unser neues Kursangebot in psychischer Erste Hilfe! Auch diese Kurse können über die Plattform [ersthilfe.at](https://ersthilfe.at) gebucht werden.**

## Erste Hilfe Kurse für Vereine und Betriebe

Erste Hilfe Auffrischkurse für Betriebe und Vereine halten wir gerne zum vereinbarten Termin auch bei Ihnen in den Firmen- oder Vereinsräumlichkeiten ab.

Unsere Ansprechperson für Erste Hilfe Kurse: Dominik Kainz,  
Telefon: 0/59144 70 032 oder 0/59144 70 005 oder per  
E-Mail an: [dominik.kainz@n.rotekreuz.at](mailto:dominik.kainz@n.rotekreuz.at)



**Jetzt Angebot  
einholen!**

Impressum: Österreichisches Rotes Kreuz, Landesverband Niederösterreich  
Bezirksstelle Waidhofen/Thaya, Gestaltung: Walter Grün-Lutterotti  
Bildquellen: Bilddatenbank RK Waidhofen/Th  
Rotes Kreuz Landesverband NÖ (Hechenberger)

**Stand: 13.11.2025**



## ERSTE HILFE



**2026**

**KURSANGEBOT**

**RICHTIGE ERSTE HILFE**  
kann eine 2.Chance bedeuten  
**EIN ERSTE HILFE KURS**  
lohnt sich zu 100%



*Aus Liebe zum Menschen.*

**ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ**

**NIEDERÖSTERREICH**

**BEZIRKSSTELLE Waidhofen/Thaya | ERSTE HILFE KURSE**



## Warum Erste Hilfe?



Erste Hilfe ist mehr als nur ein „Pflichtprogramm“ für den Führerschein. Zu 99% passiert nichts. Aber im Ausnahmefall bereit zu sein, ist mehr als nur wichtig. Es ist vor allem eines: Unglaublich beruhigend wenn man weiß, was zu tun ist.

Bei vielen ist der letzte Kurs aber schon eine ganze Weile her.

Das Rote Kreuz Waidhofen/Thaya bietet ein vielfältiges Kursangebot vor Ort, um die lebensrettende Handgriffe zu lernen. Erste Hilfe ist einfach und Erste Hilfe Kurse müssen nicht langweilig sein. Unsere Trainer sind erfahrene Rettungssanitäter mit jahrelanger Erfahrung, Einfühlungsvermögen und wissen genau auf was es ankommt. Sie können auf unterschiedliche Gruppen gut eingehen und machen die Erste Hilfe Kurse zum Erlebnis. Denn so lernt es sich einfach am Besten!

## Erste Hilfe Kurse allgemein

Sie möchten lernen, wie man im Ernstfall optimal helfen kann? Unsere Kurse werden mit einem hohen praktischen Anteil gehalten und sind auf die neuesten methodischen, didaktischen und medizinischen Erkenntnisse angepasst.

Kursinhalte:

- Gefahren erkennen, Unfallverhütung
- Ablauf der Notsituation
- Notruf – Wie geht er richtig?
- Reglose Person, die normal atmet
- Atem-Kreislauf-Stillstand (Herzdruckmassage und Beatmung)
- Umgang mit einem Defibrillator
- Erkrankungen, Verletzungen, Vergiftungen – Was tun?



**Wir empfehlen alle 4 Jahre das Gelernte aufzufrischen!**



## Kursangebot 2026

Alle öffentlichen Kurse finden im Rotkreuz-Haus  
Moritz Schadek-Gasse 30a, in 3830 Waidhofen/Thaya statt.

### 16-Stunden Erste Hilfe Grundkurs (2 Tage)

09.-10.05. | 17.-18.10.

08:00  
- 17:00

€ 95

### 8-Stunden Erste Hilfe Auffrischkurs (1 Tag)

15.04. | 16.05. | 16.09. | 07.11.

08:00  
- 17:00

€ 70

### 6-Stunden Führerscheinkurse (1 Tag)

24.01. | 21.03. | 23.05. | 25.07. | 22.08. | 21.11.

13:00  
- 19:00

€ 85

**Jetzt den Wunschtermin unter [ersthilfe.at](http://ersthilfe.at) buchen!**

## Kindernotfallkurs

Die Ansprüche und Herausforderungen an Erste Hilfe verändern sich ständig. Für alle diejenigen, die sich genauer damit befassen oder spezialisieren möchten bieten wir speziell zugeschnittene Kurse an der Bezirksstelle an:

### Kindernotfallkurse:

In diesem Kursformat fokussieren wir uns speziell auf die Erste-Hilfe-Leistung bei Säuglingen und Kindern, wenn diese durch eine Erkrankung oder Verletzung notwendig wird.

- Gefahren erkennen, Unfallverhütung
- Ablauf in einer Notsituation
- Notruf
- Regloser Säugling, der normal atmet
- Regloses Kind, das normal atmet
- Atem-Kreislauf-Stillstand beim Säugling (Beatmung und Herzdruckmassage)
- Atem-Kreislauf-Stillstand beim Kind (Beatmung und Herzdruckmassage)
- Umgang mit einem Defibrillator
- Maßnahmen bei plötzlichen Erkrankungen, Vergiftungen
- Maßnahmen bei Verletzungen im Kindesalter
- Praktische Übungen



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

### 8-Stunden Kindernotfallkurs (1 Tag)

04.04. | 28.11.

**wenige Plätze -  
rasch anmelden**

08:00  
- 17:00

€ 75

**Erste Hilfe kann Leben retten!**

