



jetzt.erstehilfe.at

Themenschwerpunkt Erste Hilfe
On- und offline Aktionen Herbst 2024



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

INHALTSVERZEICHNIS

Projektidee #JETZTERSTEHLIFE.....	3
Ziele	3
Was kannst du tun?.....	3
Produkte für #JETZTERSTEHLIFE	4
Videos.....	4
Erste-Hilfe-Training online	5
Online Content	5
Websites	5
Printprodukte	5
Plakate	5
Sticker	6
Freecards.....	6
Inserate	6
Durchführung Erste-Hilfe-Training offline (Präsenzveranstaltung).....	8
Konzept Präsenzveranstaltung.....	8
Benötigtes Material & Personal	8
Kernbotschaften.....	9
Wichtige Zusatzinfos	9
Sponsor	9
Kontakte	9
Impressum	9

Projektidee #JETZTERSTEHILFE

Wir wollen langfristig dazu beitragen, dass mehr Menschen einen Herz-Kreislauf-Stillstand außerhalb eines Krankenhauses überleben – durch beherzte Erste Hilfe. Dafür kommunizieren wir seit einigen Jahren im Herbst verstärkt das Thema Erste Hilfe. Auch heuer soll von September bis Dezember das Thema Erste Hilfe noch mehr Menschen erreichen. Dazu wollen wir

- Den Welttag der Ersten Hilfe – immer am zweiten Samstag im September - und den Weltreanimationstag – wie jedes Jahr am 16.10. - öffentlichkeitswirksam nutzen. Heuer bieten sich auch Aktivitäten zum Thema psychische Erste Hilfe um den Welttag der psychischen Gesundheit am 10.10. an.
- Möglichst viele Teilnehmer_innen dazu motivieren, ein **virtuelles Online-Erste-Hilfe-Quiz** auf jetzt.erstehilfe.at zu absolvieren
- in der (online-)Kommunikation den Schwerpunkt auf Wiederbelebung setzen und Material zu den Aktivitäten und besonders Erste-Hilfe-Erfolgsgeschichten teilen.
- Nach Möglichkeit Trainings zur Herzdruckmassage durchführen und in Einkaufszentren, im öffentlichen Raum, an Dienststellen und in Schulen potenzielle Lebensretter_innen trainieren und motivieren. Die Teilnehmer_innen sollen sich danach ebenfalls auf jetzt.erstehilfe.at registrieren, das kurze Quiz absolvieren und können sich ein Zertifikat selbst ausdrucken.

Ziele

- Motivation zum Thema Erste Hilfe auslösen (ich traue mich, ich buche einen Kurs, ich frische mein Wissen auf)
- Möglichst viele Menschen zur Registrierung und zum Erste-Hilfe-Quiz auf jetzt.erstehilfe.at motivieren.
- Öffentlichkeitswirksam die vereinfachte Wiederbelebung und Lebensrettung zeigen und trainieren.
- Um den ganzen Herbst über die Themenführerschaft zu haben, wurden in einer österreichweiten Arbeitsgruppe Aktionen und Termine in den Bundesländern abgestimmt.

Was kannst du tun?

- Plane eine Erste-Hilfe-Aktion in deiner Umgebung im Herbst.
- Poste deine Fotos und Geschichten zum Thema Erste Hilfe auf Facebook oder Instagram - den Hashtag #JetztErsteHilfe nicht vergessen!
- Unterstütze unsere Aktion und mach deinen Bekanntenkreis auf das Erste-Hilfe-Training auf jetzt.erstehilfe.at aufmerksam
- Verwende im Herbst die E-Mail-Signatur/Mailbanner zu #jetzterstehilfe:
<https://medien.rotekreuz.at/?c=13453&k=d84865e911>



Produkte für #JETZTERSTEHILFE

Alle Produkte sind auf www.rotekreuz.at/jetzterstehilfe abrufbar. Wenn es Fragen gibt, bitte zunächst an den Ansprechpartner in deinem Landesverband und dann erst an kampagne@rotekreuz.at wenden.

Videos

Liste der aktuellsten Videos auf rotekreuz.at/jetzterstehilfe

Youtube Link zur gesamten Playlist, öffentlich:

Erklärvideos 2021

<https://youtube.com/playlist?list=PLnlor8YHV960t5IPLz3dhSHqVyOi-He9T>

Link zu den Teaser-Videos 2021, ungelistet:

<https://youtube.com/playlist?list=PLnlor8YHV963bmHw1t9-cPltDjfQk7ElS>



- Video aus 2021, in dem eine 12-Jährige und zwei Jugendliche vorzeigen, wie einfach es ist, beim Herz-Kreislauf-Stillstand richtig zu reagieren, indem sie den Notruf absetzt und einen Defi findet.
[Hand auf's Herz und Leben retten #jetzterstehilfe - YouTube](#)



- drei Videos aus 2020:
Herzstillstand und Herzdruckmassage aus der Sicht des Betroffenen
Herzstillstand und Herzdruckmassage aus der Sicht der HelferIn

Wichtig: Falls ihr es irgendwo abgespeichert habt: Das Video „Apell eines Überlebenden“ mit Renato Schneider bitte nicht mehr verwenden. Herr Schneider ist leider mittlerweile verstorben und die Angehörigen bitten darum, das Material nicht mehr einzusetzen.

- Video Rotkreuz-Song im [Reanimations-Remix: Dieser Song kann Leben retten - YouTube](#)
- Weiters gibt es die 2021 erstellten ÖRK Erklärvideos zu den Themen:
 - Verbrennungen
 - Leichte Abschürfung
 - Schnittwunde, Blutung
 - Verschlucken
 - Herzinfarkt
 - Schlaganfall
 - Bewusstlosigkeit

Youtube Link zur gesamten Playlist, öffentlich:

<https://youtube.com/playlist?list=PLnlor8YHV960t5IPLz3dhSHqVyOi-He9T>

Link zu den Teaser-Videos, ungelistet:

<https://youtube.com/playlist?list=PLnlor8YHV963bmHw1t9-cPltDjfQk7ElS>

- Die **heuer neu produzierten Videos** werden bei den E-Mailings an die Registrierten auf jetzt.erstehilfe.at eingesetzt und sind auch auf youtube zu finden. Es gibt sie zu den folgende Themen: Was tun bei...?

[Fieber](#)

[Psychischer Erster Hilfe](#)

[Notfall](#)

[Verschlucken](#)

[Herzdruckmassage beim Baby](#)

[Hitzenotfall](#)

[Stumpfe Verletzung](#)



Erste-Hilfe-Training online

- Ab dem Welttag der Ersten Hilfe (immer der zweite Samstag im September) wird die Aktion verstärkt in den sozialen Medien beworben und mit organischem Content verstärkt
- Ziel ist die Registrierung der Interessierten auf jetzt.erstehilfe.at
- Sie werden dazu eingeladen, ein Video anzusehen und ein Quiz zu absolvieren
- Ist das Quiz erfolgreich absolviert, kann man sich ein Zertifikat für Einzelpersonen oder Gruppen (Schulen, Klassen, Jugendgruppen) downloaden und ausdrucken – je nachdem, welchen Namen man eingibt.
- Diese an Erster Hilfe interessierten Kontakte werden mit passendem Content beschickt und immer wieder dazu aufgefordert, ihr Erste-Hilfe-Wissen bei einem Kurs in ihrer Region aufzufrischen.

Online Content

Wird über die New Media Gruppe / die Social Media Beauftragten geteilt oder steht in der Mediendatenbank bzw. über roteskreuz.at/jetzterstehilfe zum download

Websites

jetzt.erstehilfe.at

Die Kampagnen-Landingpage für alle externen Teilnehmer_innen ist jetzt.erstehilfe.at
Hier können sich Interessierte, Kontakte über die sozialen Medien, Jugendgruppen, Schulen etc. registrieren, das Quiz absolvieren und ein Zertifikat ausdrucken.

Roteskreuz.at/jetzterstehilfe

Die Kampagnen-Infopage für alle Internen ist www.roteskreuz.at/jetzterstehilfe. Hier können sich die Umsetzer_innen Infos, Videos, Musik und Druckdaten in der aktuellsten Version herunterladen.

Printprodukte

Plakate



Zum Aufhängen bei offline-Aktionen oder an der Dienststelle. Falls nicht im LV / an der Dienststelle vorhanden: Druckdaten für A1, A2 oder A3 oder zum Selbstaussdruck in A3 downloaden auf

www.roteskreuz.at/jetzterstehilfe.

Bestellung bei es@roteskreuz.at oder bei einem Anbieter eurer Wahl. Preise sind Richtpreise. Lieferzeit bezieht sich auf die Mindestbestellmenge.

Poster A1 ab 50 Poster € 0,55 exkl. MwSt.

Poster A2, A3 ab 50 Poster € 0,40 exkl. MwSt.

Lieferzeit: ca. 2-4 Werktage

Sticker

Zum Verteilen bei Offline-Aktionen. Falls nicht im LV / an der Dienststelle vorhanden:

Druckdaten downloaden auf www.rotekreuz.at/jetzterstehilfe.

Bestellung bei es@rotekreuz.at oder bei einem Anbieter eurer Wahl.

Preise sind Richtpreise. Lieferzeit bezieht sich auf die Mindestbestellmenge.

9,5 cm Durchmesser auf weißer Folie

Sticker:

Format: 95x95

Druck: 4/0-farbig Euroskala

Endfertigung: rund anstanzen, Einzelnutzen

Ab 50 Stück: € 1,43 exkl. MwSt. pro Sticker

Lieferzeit Sticker: ca. 5 Werktage



Freecards

Zum Verteilen bei Präsenzveranstaltungen oder zum Auflegen auf der Dienststelle.

Vorderseite in zwei Mutationen (Variante Rocker/Hell, Variante Alabama, Rückseite)



Falls nicht im LV / an der Dienststelle vorhanden: Druckdaten downloaden auf

www.rotekreuz.at/jetzterstehilfe.

Bestellung bei es@rotekreuz.at oder bei einem Anbieter eurer Wahl.

Preise sind Richtpreise. Lieferzeit bezieht sich auf die Mindestbestellmenge.

DIN A6 quer, 2-seitig, 4/4-farbig auf 300 g Chroma-Postkartenkarton, auf Format geschnitten

Ab 250 Stück: € 0,24 exkl. MwSt. pro Karte

Lieferzeit: ca. 2-4 Werktage

Inserate

Zwei Motive vorhanden. Mit ausreichend Vorlaufzeit liefern wir gerne eine Formatmutation.
Bitte gewünschte Größe und Spezifikationen angeben: Anlieferung als Druckpdf?, Größe in mm,
mit oder ohne Schnittmarken, mit oder ohne Überfüller (wenn ja, wieviel).
Anfragen bitte an kampagne@roteskreuz.at

Motiv Kurse

Erste Hilfe liegt uns am Herzen.
Wir teilen unser Wissen gerne.

Grundkurs Auffrischungskurse Führerscheinkurs
Kindererster-Hilfe-Kurs Outdoor-Kurs Maßgeschneiderte Kurse für Gruppen

Finde heraus, welcher Erste-Hilfe-Kurs gerade für dich passt.
www.erstehilfe.at

Hansaplast
ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ
Aus Liebe zum Menschen.

Motiv jetztterstehilfe

jetztterstehilfe.at

Hansaplast
ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ
Aus Liebe zum Menschen.

Durchführung Erste-Hilfe-Training offline (Präsenzveranstaltung)

Das Österreichische Rote Kreuz ist sich der besonderen Verantwortung für die Gesundheit der Mitarbeiter_innen und der uns anvertrauten Patient_innen, Klient_innen und Kund_innen bewusst. Wir können aber nur weiterhin helfen, wenn wir selbst gesund sind. Bitte bei jeder Veranstaltung das Veranstaltungsziel gegen das Risiko durch das Corona-Virus abwägen und geeignete Schutzmaßnahmen treffen.

Konzept Präsenzveranstaltung

Eine geschulte Person (Rotkreuz-Mitarbeiter_in) zeigt die Verwendung eines Defibrillators und die Durchführung der Herzdruckmassage an der Puppe vor. Danach sollen die teilnehmenden Personen an den am Boden liegenden Würfeln die Herzdruckmassage üben.

- Gesamtdauer: 5 Minuten, Durchführung laufend

Der/Die Rotkreuz-Mitarbeiter_in vor Ort gibt außerdem einfache Erklärungen zu Herzdruckmassage und Defibrillator und lädt ein, das Wissen zu vertiefen und auf jetzt.erstehilfe.at mitzumachen:

- Auf jetzt.erstehilfe.at registrieren
- Kurzvideo ansehen
- einfaches Quiz absolvieren
- Zertifikat zur Teilnahme am größten Erste-Hilfe-Training Österreichs wird an die angegebene E-Mailadresse geschickt.

Benötigtes Material & Personal

Aufbaubeispiel – mit Abstand die beste Hilfe

1-3 engagierte Rotkreuzler_innen

mind. 5 Wiederbelebungswürfel

1-2 Plakate

1 Reanimations-Puppe + Matte

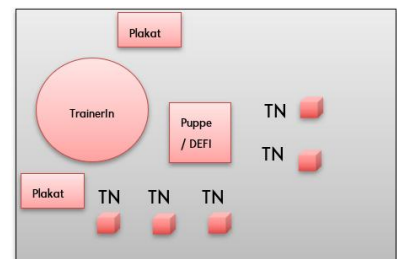
1 Schulungsdefibrillator

Für die Musik: Handy oder Laptop und Box oder eine_n

Sänger_in 😊

Give-Aways und Infomaterial nach Verfügbarkeit

Nützliches wie Desinfektionsmittel, Handschuhe, MNS oder FFP2-Masken, Küchenrolle, Müllsack etc. nach gültigen Vorschriften und Vorgaben des Veranstalters.



Musik

Bei der Herzdruckmassage soll mit einer Frequenz von 100-120 Kompressionen pro Minute gedrückt werden. Alle Songs mit einer Taktfrequenz von 100-120 BPM (beats per minute) eignen sich somit optimal. Zum Beispiel Ohrwürmer wie „I will survive“ von Gloria Gaynor, „Staying alive“ von den Bee Gees aber auch „Highway to hell“ von AC/DC oder „Sweet home Alabama“ von Lynyrd Skynyrd. Reanimationstaugliche Musik zur rechtfreien Verwendung zum Download auf www.rotekreuz.at/jetztterstehilfe: spielt einfach das Video des Rotkreuz-Songs im [Reanimations-Remix: Dieser Song kann Leben retten - YouTube](#)

Kernbotschaften

- Erste Hilfe ist einfach. #jetzterstehilfe. Nur nichts tun ist falsch.
- Erkenne, ob jemand Hilfe benötigt und hole Hilfe!
- Wähle den Notruf 144 und befolge die Anweisungen zur Hilfe.
- Wenn jemand nicht atmet, drücke schnell und kräftig auf die Mitte des Brustkorbes - höre nicht auf, bis die Rettung da ist.
- Ist ein Defi verfügbar, schalte ihn ein und befolge die Anweisungen.
- Blutet jemand stark, dann drücke fest auf die Wunde.
- Wenn jemand bewusstlos daliegt aber normal atmet - > stabile Seitenlage

Wichtige Zusatzinfos

- Bei Fragen bzgl. Covid-19 sollen sich die durchführenden Personen vorab beim Vorgesetzten informieren.
- Die Wiederbelebung vor Ort wird durch die TN ausschließlich durch Herzdruckmassage am Würfel durchgeführt, die Beatmung wird nicht thematisiert und vorgezeigt. Bei Fragen dazu bitte auf Erste-Hilfe-Kurse verweisen.
- Bitte Hygienemaßnahmen (Abstand halten, Desinfektionsmittel) laut aktuell gültigen Vorschriften beachten.

Sponsor

Unterstützt wird das Projekt von unserem langjährigen Sponsor Hansaplast. Wir freuen uns, wenn ihr das in Wort oder Bild erwähnen könnt. Bitte schickt uns Newsletter / Fotos zur Verwendung in den Sozialen Medien und im Reporting an kampagne@roteskreuz.at

Kontakte

Für weitere Kontakte wendet euch bitte an den_die Ausbildungsreferenten_in oder den_die Marketingverantwortliche in eurem Landesverband.

Interne Infoseite mit Kampagnenleitfaden und Kampagnenprodukten:

www.roteskreuz.at/jetzterstehilfe

Externe Landingpage:

jetzt.erstehilfe.at

Kampagnenkoordination ÖRK Generalsekretariat:

<mailto:kampagne@roteskreuz.at>

<mailto:ursula.fraisl@roteskreuz.at>

Impressum

Österreichisches Rotes Kreuz, Generalsekretariat, Wiedner Hauptstraße 32, 1041 Wien, ZVR-Zahl: 432857691, Tel.: +43 1 589 00-353, E-Mail: kampagne@roteskreuz.at, www.roteskreuz.at, Redaktion: Mag. Ursula Fraisl; Fotos: ÖRK, ÖRK / Markus Hechenberger.
Version 04. August 2024