

Kurz informiert ...

Wussten Sie, dass der Kreisverband momentan eine neue Kindertagesstätte in Naila baut? Voraussichtlich im Frühjahr 2025 eröffnen wir die barrierefreie Einrichtung. Im Dompfaffenweg 2 entstehen insgesamt 74 Betreuungsplätzen,



die sich aufteilen auf zwei Kindergarten-Gruppen und zwei Krippen-Gruppen.

Beim Neubau des eingeschossigen Gebäudes in Holzbauweise liegt der Fokus auf Nachhaltigkeit: begrünte Dachflächen und eine Photovoltaik-Anlage zur Versorgung der Fußbodenheizung.

Bedanken wollen wir uns gerne einmal bei allen, die bei den diesjährigen Kleidersammlungen im Frühjahr und im Herbst wieder fleißig den Inhalt ihrer Kleiderschränke aussortiert und gespendet haben. Gut erhaltene

Stücke für Erwachsene kommen in unserem Kleiderladen zum Verkauf. Kinderbekleidung bieten wir im Kinderladen „Rappelkiste“ an. Alles zu günstigen Preisen und nach einer eingehenden Qualitäts- und Funktionsprüfung.

Mit dem Erlös unterstützen wir unsere sozialen Projekte vor Ort, die Kleiderkammern für die Notfallversorgung oder unsere ehrenamtlichen Bereitschaften und Wasserwachen bei der Anschaffung von Ausrüstung, die im Katastrophenschutz benötigt wird.



Senioren-gymnastik

Lust auf Bewegung in der Gruppe?

Grundsätzlich ist unsere Gymnastik für Menschen jeden Alters geeignet. Neu- oder Wiedereinsteiger sollten aber auf jeden Fall vorab einen Arzt konsultieren und mit ihm festlegen, ob es bestimmte Übungen gibt, auf die Sie besser verzichten sollten. Zum Programm gehören u. a. Übungen mit dem eigenen Körpergewicht, mit kleinen Geräten (z. B. Theraband, Bälle, Seile) ebenso wie Partnerübungen.

Geleitet werden die Gymnastikkurse von Übungsleitern des BRK, die die komplexe Ausbildung nach den Ausbildungsrichtlinien der BRK-Gesundheitsprogramme durchlaufen haben und regelmäßig fortgebildet werden. Dies gewährleistet einen einheitlichen Ausbildungsstandard und sichert die Qualität der Angebote. Die ÜbungsleiterInnen

helfen Einsteigern, die Übungen korrekt auszuführen und können individuelle Programme gestalten. Zudem hat die Kursleitung die Schulung „Sport und Bewegung trotz(t) Demenz“ erfolgreich abgeschlossen. Die Kurse finden wöchentlich statt.

- Reha: Montag von 14 bis 15 Uhr, BRK-Haus, Jobststraße 3

- Hof: Dienstag von 14:30 bis 15:30 Uhr, BRK-Kreisverband Hof, Ernst-Reuter-Straße 66 b

Gerne informiert Sie:

Kirstin Weber
Telefon 09281/6293-18
weber@kvhof.brk.de



Im Notfall richtig handeln

Stromschlag im Haushalt



Leichtsinnige Hobby-Elektriker und Hausfrauen mit einer defekten Bügeleisenschnur können sich mit einem Stromschlag in ernste Gefahr bringen. Bei der Ersten Hilfe gilt „Sicherheit zuerst“:

- Stromquelle/Sicherung ausschalten, Stecker ziehen.
- Person, die noch „am Strom hängt“, auf keinen Fall anfassen. Mit einem trockenen, nicht leitenden Gegenstand (Besenstiel, Decke) von der Stromquelle trennen.
- Rettungsdienst 112 rufen. Betroffenen ansprechen und beruhigen.
- Bei Bewusstlosigkeit Atmung prüfen, stabile Seitenlage herstellen, und falls nötig Herz-Lungen-Wiederbelebung beginnen.

Impressum

BRK-Kreisverband Hof
Ernst-Reuter-Straße 66 b, 95030 Hof
Telefon 09281 6293-0
E-Mail: info@kvhof.brk.de
www.kvhof.brk.de

Redaktion/Layout:
Birgit Mlynek
Verantwortlich:
Jörg von der Grün
(Geschäftsführer)
Druck:
Ricoh Deutschland GmbH
Georg-Kohl-Str. 42, 74336 Brackenheim
Auflage: 6600

Spendenkonto:
IBAN:
DE82 7805 0000 0380 1804 30
BIC: BYLADEM1HOF



Hinweis: Sie haben das Recht, jederzeit Widerspruch gegen die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten zum Zwecke der Werbeansprache einzulegen. Bitte widersprechen Sie schriftlich an unsere Adresse.

 **Bayerisches
Rotes
Kreuz**

aktuell

Kreisverband Hof

Ausgabe November 2024

Themen:

- Erste Hilfe bei Kindernotfällen
- Helfer vor Ort
- Einkaufsgutschein gewonnen
- Seniorengymnastik

Frohe Weihnachten!

wünscht Pan, Australian Shepherd Rüde, 7 Jahre alt, geprüfter Flächensuchhund unserer Rettungshundestaffel



Sehr geehrte Damen und Herren,

bald steht der Jahreswechsel vor der Tür und vielleicht dürfen wir uns ja vorher noch über weiße Weihnachten freuen – sozusagen als Sahnehäubchen auf diesem Jahr.

Für uns Rotkreuzler war 2024 nach dem Ende der Pandemie fast schon wie immer. Auch in diesem Jahr haben wir gerne wieder unsere Aufgabe erfüllt, Menschen zu helfen und alles für die zu tun, die sich nicht selbst helfen können.

In die Zukunft blicken wir mit Zuversicht. Was auch in 2025 passiert und vor welche Herausforderungen wir gestellt werden, wir werden es schaffen. Das haben uns Corona und auch die Flüchtlingshilfe gelehrt.

Lassen Sie mich auch Ihnen Hoffnung und Zufriedenheit für 2025 wünschen. Und vorher ein entspanntes Weihnachtsfest – möglichst mit Sahnehäubchen.

Ihr

Jörg von der Grün
Kreisverband Hof



Jörg von der Grün
Kreisgeschäftsführer

Ihr Förderbeitrag hilft, Menschlichkeit zu üben

Sehr geehrte Damen und Herren,

gerade jetzt in der Zeit vor Weihnachten ist die Menschlichkeit wieder in aller Munde. Für uns Rotkreuzler ist sie Alltag – wir leben sie als unseren obersten Grundsatz jeden Tag in allem, was wir hier vor Ort für die Menschen tun.

Sehen Sie beispielsweise einen unserer Rettungswagen mit Blaulicht an sich vorbeibräusen, dann erhält ein Mensch schnellstmöglich Hilfe, die er nach einem Unfall oder in einer schlimmen Krankheit dringend braucht.

Es muss jedoch gar nicht der dramatische Notfall sein. Die Schwimmtrainerin der Wasserwacht, der Sanitäter beim Sportfest, die Betreuerin beim Seniorensport oder der Fahrer, der beeinträchtigte Menschen zum Seniorenkreis bringt – alles Rotkreuzhelfer, die ehrenamtlich für die Menschen da sind.

Als große Wertschätzung empfinden wir es, dass so viele freiwillige Förderer hinter uns stehen. Ihre Spenden sind für uns Motivation, Ansporn und eine unverzichtbare Quelle, aus der wir Kraft für unsere zahlreichen Aufgaben schöpfen.

Einmal mehr danke ich Ihnen im Namen aller, für die Ihre Spenden wertvolle Akte der Menschlichkeit darstellen. Für diese Menschen bitte ich Sie aber auch, weiterhin an unserer Seite zu stehen. Wir sind mehr denn je auf Ihre Unterstützung angewiesen.

Ihnen und Ihrer Familie wünsche ich eine besinnliche Adventszeit, ein Weihnachtsfest voller Ruhe und Freude, zwischen den Jahren einige Tage der Entspannung und ein gesundes, glückliches, zufriedenes Jahr 2025.

Ihr
Jörg von der Grün
Kreisgeschäftsführer

Erste Hilfe bei Kindernotfällen

Kompaktkurs im Babybeach Hof

Seit Oktober besteht eine Kooperation zwischen dem BRK-Kreisverband Hof und Babybeach – dem Salz-Inhalatorium für Kinder und Erwachsene in der Hofer Marienstraße 5.

dernotfall- nennt sich der Kurs, der sich speziell mit den häufigsten Notfällen bei Kindern und entsprechenden Maßnahmen beschäftigt: Nasenbluten, Knochenbrüche, Erstickenotfall, Vergiftung, Bewusstlosigkeit mit und ohne Atmung sowie die Durchführung der stabilen Seitenlage und Herz-Lungen-Wiederbelebung. Das alles gibt es kompakt verpackt in zwei Einheiten von je einer Stunde innerhalb einer Woche.

Über die Webseite des Kreisverbandes Hof erfolgt die Anmeldung:



Während der Inhalation der vernebelten Sole zur Stärkung des Immunsystems, lernen Eltern, Großeltern oder auch Erzieher im Salzraum die Grundlagen der Ersten Hilfe bei Kindernotfällen. Lebensretter 112 -Kin-

Kreativ und süß

Weihnachtsmann-Kekse



Zutaten

- 250 g Mehl
- 125 g Butter (weich)
- 100 g Zucker
- 1 TL Vanillezucker
- 1 TL Backpulver
- 1 Ei, eine Prise Salz
- Zuckerguss, Lebensmittelfarbe, Deko (bunte Streusel)

Zubereitung

Butter, Zucker, Vanillezucker und Ei in einer Schüssel cremig rühren und mit Mehl, Backpulver und Salz gut vermengen. Den Teig auf einer bemehlten Fläche ausrollen und Weihnachtsmannformen ausstechen. Die Kekse auf einem Blech mit Backpapier bei 180 °C (Ober-/Unterhitze) ca. 10-12 Minuten goldbraun backen.

Mit Lebensmittelfarbe, Zuckerguss und Deko Weihnachtsmanngesichter aufmalen und sich mit den Lieben an Ihrer Kreativität erfreuen

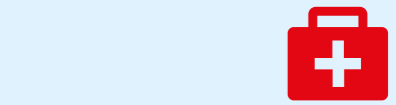
Erste Hilfe für Kinder und Jugendliche

Kurs im Rahmen des Ferienprogramms der Stadt Hof

In welchem Abstand stelle ich ein Warndreieck auf? Wie versorge ich eine Wunde? Stabile Seitenlage – wie geht das? All diese Fragen und noch viel mehr rund ums Helfen erklärte der BRK-Kreisverband Hof in einem Erste Hilfe-Kurs im Rahmen des Ferienprogramms der Stadt Hof.

Die Mädchen und Jungen im Alter zwischen 11 und 17 Jahren trafen sich mit dem BRK-Ausbilder im Kreisverband in Hof. In kleinen Gruppen lernten die Teilnehmenden, dass jeder in einer Notsituation helfen kann. Sei es durch das Absetzen eines Notrufs, der Wundversorgung, der Helmabnahme, der Herzdruckmassage mit und ohne Defibrillator oder durch die Betreuung

des Patienten. Im Innenhof des Kreisverbandes wurde ein Verkehrsunfall nachgestellt: Ein Auto war gegen einen Zaun gefahren. Die Gruppe sicherte die Unfallstelle ab, wählte den Notruf 112 und kümmerte sich um den verletzten Fahrer.



Immer auf Augenhöhe mit den Kindern erklärte der BRK-Ausbilder das richtige Verhalten und motivierte zur Hilfe bei Notfällen. Sichtlich stolz bekamen am Ende alle ihr wohlverdientes Teilnahmezertifikat überreicht. Und vielleicht hilft der eine oder die andere ja schon bald in einer der Jugendgruppen der Bereitschaften, der Wasserwachten oder Bergwachten.

Helfer vor Ort

Im Einsatz, bis der Notarzt kommt



Schwerer Verkehrsunfall, Frontalzusammenstoß, lebensgefährlich Verletzte. Mit dem Aufprall beginnt der Wettlauf um das Überleben der Opfer. Wie schnell ruft jemand den Rettungsdienst? Wie lange brauchen Notarzt und Rettungskräfte? Wer führt bis dahin die richtigen Sofortmaßnahmen aus?

eine komplette Notfalleinrichtung mit Blutdruck- und Blutzuckermessgerät, Verbands- und Beatmungsmaterial zur Verfügung.



In dieser oft entscheidenden Lücke der Rettungskette greifen unsere Helfer vor Ort (HvO) ein. Die HvO sind professionell ausgebildete ehrenamtliche Rotkreuzler, die in Notsituationen von der Leitstelle parallel zum Rettungsdienst gerufen werden, weil sie – eventuell von zu Hause – den Unfallort schneller erreichen können als das nächste Rettungsfahrzeug.

Die Lebensretter aus der Nachbarschaft treffen daher oft als Erste beim Unfall ein. Sie leisten lebenserhaltende Erste Hilfe und versorgen die Patienten, bis der Rettungswagen eintrifft. Anschließend kümmern sie sich emotional um die Betroffenen, bieten Trost und Gespräch.

Dabei arbeiten sie eng mit den anderen Einsatzkräften wie Feuerwehr und Polizei zusammen, um die Sicherheit aller Beteiligten zu gewährleisten. Oft sind unsere Helfer vor Ort auch bei Sportveranstaltungen und Konzerten aktiv, um in medizinischen Notfällen schnell eingreifen zu können.

Zur Zeit verfügen wir im Kreisverband über rund 90 Helfer vor Ort an 12 Standorten, die im Jahr mehr als 1000-mal alarmiert werden. Jedem Helfer steht

Unsere ehrenamtlichen Lebensretter durchlaufen eine umfassende Ausbildung, die Erste Hilfe-Kurse, Sanitätsdienstausbildung und die Fachdienstausbildung Sanitätsdienst umfasst.

Während ihrer Ausbildung sammeln sie außerdem teilweise praktische Erfahrungen im Rettungswagen, sodass sie darauf vorbereitet sind, in kritischen Situationen kompetent und sicher zu handeln.

Helfer vor Ort gibt es nie genug. Wenn Sie sich in der Lage fühlen, im Notfall schnell und effektiv Hilfe zu leisten, sind Sie uns jederzeit willkommen.

Sprechen Sie uns an:

Tobias Pastor
Telefon 09281/6293-17
pastor@kvhof.brk.de

Gewonnen!



Einkaufsgutschein für die Rappelkiste

Während des Sommers lief in unserer „Rappelkiste - der Kinderladen“ eine Kundenumfrage. Unter allen Teilnehmern verlost wir Ende September einen Einkaufsgutschein für den Laden.

Frau Gatzka (links) freute sich sehr



über den Gewinn des Gutscheins, den Kirstin Weber (stv. Kreisgeschäftsführerin) ihr überreichte.

Die Gewinnerin erzählte, dass sie bei einem ihrer Blutspende-Besuche im BRK-Kreisverband auf die Rappelkiste aufmerksam wurde. Seitdem kauft sie immer wieder gerne dort ein oder spendet auch Dinge, aus denen ihre Kinder herausgewachsen sind.

Rappelkiste - der Kinderladen
Ernst-Reuter-Straße 66 b
95030 Hof
Öffnungszeiten: Mittwoch 11 - 16 Uhr



Die Kursgebühr für beide Kursteile beträgt 30 €.

**LEBENS-
RETT+ER 112
KINDERNOTFALL**

Ihr Ansprechpartner:

Team Ausbildung
Telefon 09281/6293-46
Ausbildung@kvhof.brk.de