

www.brk-regensburg.de

Ausgabe 4
Dezember 2011
B 14152

plus

Der Winter kommt!

**Sicher
Skifahren
mit der
Bergwacht**



Bayerisches Rotes Kreuz
Kreisverband Regensburg Stadt und Landkreis



Rotes Kreuz stellt Weltkatastrophenbericht vor

Mehr übergewichtige als hungernde Menschen

Knapp sieben Milliarden Menschen leben auf der Welt – und inzwischen leiden mehr an Übergewicht als an Hunger: Rund 925 Millionen Menschen, und somit 15 Prozent der Weltbevölkerung, sind unterernährt. Dagegen haben 1,5 Milliarden Menschen, also 20 Prozent der Menschheit, Übergewicht. Das geht aus dem jährlichen Weltkatastrophenbericht des Internationalen Komitees vom Roten Kreuz (IKRK) hervor, den die Organisation im indischen Neu Delhi vorgestellt hat.

„Es läuft etwas falsch auf der Welt“

Diese Zahlen verdeutlichen, dass auf der Welt etwas falsch laufe, sagte IKRK-Generalsekretär Bekele Geleta. Das Hungerproblem liegt laut IKRK nicht an einer weltweiten Knappheit von Nahrungsmitteln, sondern an schlechter Verteilung, Verschwendung und steigenden Preisen. Dabei nehme die Not der Unterernährten inmitten einer akuten Nahrungsmittelkrise wieder zu, warnte die Organisation.

Sie führte die in diesem Jahr wieder deutlich gestiegenen Lebensmittelpreise unter anderem auf Spekulation und die Auswirkungen des Klimawandels zurück. Die hohen Nahrungsmittelpreise schüren Befürchtungen, dass es wie 2008 zu Hungeraufständen und politischer Instabilität in betroffenen Ländern kommen könnte.

Jedes Jahr sterben drei Millionen Kinder vor ihrem fünften Geburtstag an Unterernährung. 90 Prozent der durch Unterernährung ausgelösten Todesfälle sind das Resultat von chronischem Hunger und nicht von Hungersnöten. Auch das geht aus dem Weltkatastrophenbericht hervor.

Für jedes Kind, das an Unterernährung stirbt, stehen viele andere, die ihr Leben lang unter den Folgen der Mangelernährung leiden werden. Der Hunger in früher Kindheit führt zu körperlichen und geistigen Entwicklungsdefiziten und verringert damit die Produktivität im Erwachsenenalter. Gesellschaften, in denen Hunger herrscht, sind generell wenig produktiver und schlechter auf Katastrophen und Krisen vorbereitet. „Uns ist es wichtig, nicht nur mit Nothilfe auf Hungerkrisen zu reagieren, sondern mit mittel- und langfristigen Projekten die Auswirkungen künftiger Katastrophen zu lindern“, sagt Martin Hahn, Leiter der Auslandsabteilung des Deutschen Roten Kreuzes. „Deshalb führen wir seit vielen Jahren Projekte in Somalia, Äthiopien und Kenia zur Ernährungssicherung und der medizinischen Grundversorgung durch. Dabei haben wir auch zunehmend die Förderung von Kleinbauern im Blick.“ Rund 90 Prozent der Nahrungsmittel in Afrika werden derzeit von Kleinbauern produziert. Gleichzeitig führt die verstärkte Nutzung von Anbauflächen für Biosprit in Entwicklungsländern dazu, dass Kleinbauern immer weniger geeignete Nutzungsflächen finden.

Inhalt

Kreisverband

Letzte Vorstandssitzung des BRK Kreisverbandes im alten Jahr	4
Arbeitsjubilare für 25jährige Beschäftigung beim BRK geehrt	4
Kindergarten Schönhofen:	
BRK blickt auf 10 Jahre Trägerschaft zurück	5
Gelebte Inklusion im Kindergarten Schönhofen	5
Bildungszentrum liefert Qualität	6
BRK bildet aus	6
Verbandskasten prüfen	6
Regensburger Rot-Kreuz Pflege- und Wundtag	6
Aktionstag Schulsanitätsdienst in Obertraubling	7
Neues Angebot: BRK hat Praxisanleiter/innen ausgebildet	7

Senioren

BRK-Sozialstation begrüßt 500. Patienten	8
Fuhrparkwechsel im Ambulanten Pflegedienst	8
Ein leuchtendes Beispiel - Regensburger Charity Art Group	8

Bereitschaften

In guten Händen - Großveranstaltungen beim BRK	9
Neue Halle für Bereitschaften und Katastrophenschutz	9
Übergabe durch Innenminister -	
Neuer Betreuungskombi für die Bereitschaften	10
Großübung im Tal der Schwarzen Laber	10
Einweihung in Karlstein - Verpflegungsgruppe Regenstau versorgt 400 Gäste des Markts	11
Betreuungsgrundlehrgang in Regenstau	11
1.000 Euro von ING DiBa	13

Jugendrotkreuz

Wir sind gerne beim Jugendrotkreuz	12
Tagung der Jugendgruppenleiter in Kastell Windsor	12
Daniela und Michael haben sich getraut	13

Bergwacht

Sicher Skifahren	
Die Bergwacht gibt Tipps für viel Spaß im Schnee	14
Wandervorschlag der Bergwacht	
Winterwanderung im Donaustauffer Forst	15

Impressum PLUS ist das Mitgliedermagazin des BRK Kreisverbandes Regensburg Stadt und Landkreis und erscheint vierteljährig. Der Bezugspreis ist im (Förder)-Mitgliedsbeitrag enthalten.
Herausgeber: Bayerisches Rotes Kreuz (KdöR), Kreisverband Regensburg, Hoher-Kreuz-Weg 7, 93055 Regensburg • **Vertreten durch** Kreisgeschäftsführer Sepp Zenger
Redaktion: Hans Schrödinger (BRK), Katja Vogel
Anzeigen: Media+Werbeservice Anna Maria Faust
Produktion: PR+Werbung Ludwig Faust, Prüfeninger Schloßstraße 2, 93051 Regensburg
Druck: Erhardi Druck GmbH, Regensburg • **Auflage:** 13.200 Exemplare
Bildnachweise: S.6/14/15 shutterstock.com
 PLUS wird auf holzfreiem, chlorfrei gebleichtem und recyclefähigem Papier gedruckt.

Danke für Ihre Unterstützung!

Liebe Leserin, lieber Leser,



ein ereignisreiches Jahr geht zu Ende. Es gab wie jedes Jahr natürliche und vom Menschen verursachte Katastrophen. Ein Erdbeben und der folgende Tsunami in Japan waren der Auslöser für den Atomausstieg in Deutschland. Die Finanzkrise betrifft nicht mehr „nur“ Banken, sondern ganze Nationalökonomien. In Dadaab, mit 400.000 Menschen das größte Flüchtlingslager der Welt, bricht Mitte November die Cholera aus. Weltweit sind das Rote Kreuz und der Rote Halbmond im Einsatz, um menschliches Leid zu lindern. Und auch im kleinräumigen Bereich ist dies nötig, wie die jährliche Weihnachtspäckchenaktion beweist: Haben wir im Jahr 1995 mit 36 Päckchen begonnen, so bekamen heuer 1.013 Haushalte – dahinter stehen 1.079 Erwachsene und 776 Kinder – ein Päckchen oder einen Einkaufsgutschein.

Auch Dank Ihrer Unterstützung, liebe Leserin, lieber Leser, sind wir in der Lage, solche Hilfestellungen zu geben. Dafür möchten wir Ihnen sehr herzlich danken!

In Ihrem Kreisverband des Roten Kreuzes wurden die Ausbildungsangebote ausgebaut, die Kinder-tagesbetreuung insbesondere an

Schulen wurde ausgeweitet, die ambulante Pflege versorgte deutlich mehr Patienten als zu Beginn des Jahres, Sie konnten und können sich im Notfall auf den Rettungsdienst verlassen und mit der Grundsteinlegung für das Haus Hildegard-von-Bingen wird ab Mitte des kommenden Jahres das stationäre Angebot für Seniorinnen und Senioren im Regensburger Osten deutlich erweitert, zumal daneben ebenfalls im nächsten Jahr ein Betreutes Wohnen den Betrieb aufnehmen wird.

Andere Angebote mussten leider zurückgefahren werden, da uns das zu Ende gehende Jahr auch die Abschaffung der Wehrpflicht und damit der Zivis brachte, die durch Bufdis (Bundesfreiwilligendienst-Leistende) nur begrenzt ersetzt werden konnten.

Neben den ganz konkreten Dienstleistungen bemühen wir uns aber auch in Gesprächen mit Mandatsträgern und in diversen Gremien, in denen das BRK vertreten ist, die Belange und Interessen unserer „Kunden“ zu vertreten und an der Verbesserung unseres Gemeinwesens mitzuwirken. Das dürfen Sie zu Recht auch im kommenden Jahr von Ihrem Roten Kreuz erwarten!

Wir wünschen Ihnen ein frohes und friedvolles Weihnachtsfest, ein gutes neues Jahr, Gesundheit und Wohlergehen!

Ihre

Dr. Heinrich Körber
Vorsitzender

Sepp Zenger
Kreisgeschäftsführer

Haushalt mit mäßiger Steigerung

Letzte Vorstandssitzung des BRK Kreisverbandes im alten Jahr

Unter der Leitung des Vorsitzenden des BRK Kreisverbandes Regensburg, Dr. Heinrich Körber, fand Ende November die letzte Vorstandssitzung 2011 statt. Dr. Körber berichtete von der Landesversammlung, auf der weitere Beschlüsse zur Neuausrichtung und strukturellen Optimierung des Verbandes getroffen wurden.

Kindertagesbetreuung

Kreisgeschäftsführer Sepp Zenger ging in seinem Bericht auf die laufenden Aktivitäten ein. So ist der Kreisverband seit dem letzten Schuljahr Kooperationspartner der gebundenen Ganztagschule an der Hans-Herrmann-Grundschule, seit September diesen Jahres sind wir dies auch bei unserem unmittelbaren Nachbarn, der Schule am Hohen Kreuz.

Ambulante Pflege

Die Zuwachsraten im Bereich der Patientenzahlen beginnen, die Versorgung der Patienten zu erschweren. Probleme bereitet dabei die Gewinnung von qualifiziertem Personal. Und da sich die Akquise von qualifizierten Pflegekräften weiterhin und dauerhaft als problematisch



Weihnachtspäckchenaktion 2011 mit Schüler/innen der Privaten Realschule und der Privaten Wirtschaftsschule Pindl, stellvertretend für alle Kinder und Jugendlichen, die die Aktion unterstützten.
Foto: Aniko Ligeti

darstellt, ist geplant, ab 2012 ein modulares (Nach)-Qualifizierungsprogramm im Bereich der ambulanten Pflege zu implementieren.

Weihnachtspäckchenaktion

Für dieses Jahr gibt es eine neue Steigerung bei der siebzehnten Weihnachtspäckchenaktion des Kreisverbandes:

Letztes Jahr erhielten 734 Haushalte in Stadt und Landkreis Regensburg Lebensmittelpakete und Lebensmittelgutscheine. Heuer werden es mehr als 1.000 Haushalte gewesen sein. Wie jedes Jahr dankte der Vorstand Theresa Jepsen für die Unterstützung dieser Aktion.

Haushalt 2012

Nach erfolgter Erstellung des dritten Quartalsabschlusses beider Seniorenheime sowie des Kreisverbandes ist der Haushalt 2012 auf Basis des dritten Quartals 2011 erstellt worden. Geplant wurden die einzelnen Geschäftsbereiche mit einer mäßigen Umsatzsteigerung und einer geringen Personalkostenerhöhung.

„Der Kreisverband mit seinen Einrichtungen weist für 2012 eine Bilanzsumme von 34,5 Millionen bei einem Haushaltsvolumen von 25 Millionen Euro aus“, stellte Kreisgeschäftsführer Sepp Zenger abschließend fest.

Dr. Heinrich Körber dankte der Geschäftsleitung, ebenso aber auch allen Mitgliedern des Vorstandes für die geleistete Arbeit im Jahr 2011.

Arbeitsjubilare geehrt

Mitte November wurden zwei Mitarbeiterinnen und ein Mitarbeiter des BRK Kreisverbandes Regensburg für ihre 25jährige Beschäftigung beim BRK geehrt.

Seit 25 Jahren sind Michaela Krauss, Monika Joop und Claus-Peter Fruth für den Kreisverband Regensburg tätig. Michaela Krauss arbeitet in Vollzeit als Pflegehelferin im Rotkreuzheim in der Rilkestraße, ebenso ist Monika Joop im Rotkreuzheim als hauswirtschaftliche Mitarbeiterin in Teilzeit beschäf-

tigt. Und ebenfalls seit nunmehr 25 Jahren ist Claus-Peter Fruth hauptberuflich als Rettungsassistent im Rettungsdienst tätig. Zudem betätigte er sich im Laufe seines Berufslebens im Kreisverband Regensburg – aber auch ehrenamtlich – in den Bereichen Ausbildung und Einsatzleitung. Aufgrund seiner besonderen Kenntnis der örtlichen Rettungsdienststrukturen ist er ein beliebter Ansprechpartner für alle Kolleginnen und Kollegen.

Wir gratulieren allen Dreien sehr herzlich!



Jubiläum von „Irgendwie anders“

Kindergarten Schönhofen: BRK blickt auf zehn Jahre Trägerschaft zurück

Mit dem Lied „Besucht uns mal im Kindergarten“ begrüßten die Kinder und Erzieherinnen des Kindergartens „Irgendwie anders“ in Schönhofen die Eltern, Geschwister und Großeltern zum Herbstfest, das diesmal etwas ganz Besonderes war. Zugleich wurde nämlich die zehnjährige Trägerschaft des Bayerischen Roten Kreuzes mitgefeiert.

Pünktlich zum Herbstanfang ließen sich bei strahlend schönem Wetter die Besucher auf den auf dem Spielplatz bereitgestellten Bänken nieder, um es sich bei Kaffee und Kuchen gemütlich zu machen. Außerdem konnte man sich die Kürbissuppe schmecken lassen. An eigens errichteten Stellwänden erfuhren die



Die Kinder sangen das Lied „Besucht uns mal im Kindergarten“.

Foto: Appelt

Besucher einiges über die Geschichte der Einrichtung, lebendig illustriert mit vielen Fotos und Zeitungsausschnitten. Anwesend waren für das BRK der Stellvertretende Kreisgeschäftsführer, Hans Schrödinger, sowie für den Markt Nittendorf Bürgermeister Max Knott. Schrödinger würdigte die Leistung der Kindergartenleite-

rin Gabi Holzer zusammen mit ihrem Team. Auch wurden die zwei dienstältesten Mitarbeiterinnen durch die pädagogische Fachberatung des Kreisverbandes, Pamela Kahlert, geehrt: Nicole Ruhland, die seit 15 Jahren im Kindergarten arbeitet und Daniela Moser, die seit zehn Jahren mit im Boot ist. Schrödinger zitierte das afrikanische Sprichwort „Um ein Kind zu erziehen, braucht es ein ganzes Dorf. Dieser Aufgabe stellt sich der Markt Nittendorf mit seinem breit gefächerten Angebot an Bildung, Erziehung und Betreuung von Kindern“, so Schrödinger. Bürgermeister Max Knott nannte die Trägerschaft des BRK einen Glücksgriff für den Markt. Er überreichte Holzer einen kleinen „Obolus“ für den Kindergarten. Nach dem geselligen Zusammensein führte „Die kleine Mondbühne“ noch ein Kasperltheater auf.

Gelebte Inklusion im Kindergarten

„Irgendwie anders“ zu sein, ist im Kindergarten Schönhofen ganz „normal“.

Seit 2005 wird hier Integration gelebt – d.h. alle Kinder, auch die mit besonderen Bedürfnissen, finden einen Ort der Wertschätzung und des Angenommenseins. So ist hier jedes Kind sein kompetenter Akteur und darf sich in seinem individuellen Tempo entwickeln – „so normal wie möglich und so besonders wie nötig“ ist dabei die Devise. Auf den langen Weg zur Inklusion hat sich die Einrichtung, immer im Dialog mit dem Träger, damit längst gemacht – mit der gemeinsamen und obersten Prämisse des Menschenrechts auf bedingungslose Teilhabe.

Manuela Beck
Fachkraft für Inklusion

Manuela Beck

Fachkraft für Inklusion

Andrea Appelt

(MZ 27.09.2011)



Bildungszentrum liefert Qualität

Das Jahr 2011 war für das BRK Bildungszentrum wieder sehr erfolgreich. Zwei wesentliche Aufgaben standen an. So unterzog sich das Bildungszentrum gleich zwei Qualitätsüberprüfungen. Die „Integrierte Qualität in der Ausbildung“ wurde durch den Auditor Martin Schmauser bescheinigt. Gerade hier sind die Auditoren erfahrene Ausbilder oder in Leitungsfunktionen tätig. „Die wissen, wo sie hinschauen müssen“, so der Leiter des BRK Bildungszentrums Regensburg, Markus Haslecker. Ein besonders großer Vorteil, da hier auch „Ecken und Kanten“ begutachtet werden. Bei der DIN ISO Zertifizierung, die im Herbst durch Prof. Dr. Deublein abgenommen wurde, bezogen sich die Fragen auch auf die Wirtschaftlichkeit und den weiteren Ausbau des Bildungszentrums.

Ein herzliches Dankeschön gebührt hier allen Ausbilderinnen und Ausbildern, die mit großem Engagement, Zeiteinsatz und Zuverlässigkeit dieses Ergebnis erst möglich gemacht haben.

Markus Haslecker, Leiter Bildungszentrum

Wir suchen:

**Ausbilder als Honorarkraft (m/w)
Erste Hilfe und Lebensrettende
Sofortmaßnahmen**

Wir erwarten:

- Verbundenheit mit den Grundsätzen des BRK
- gültige Lehrberechtigung
- zeitliche Flexibilität
- Verfügbarkeit insbesondere an Werktagen
- Führerscheinklasse B1, eigener PKW
- idealerweise die Lehrberechtigung nach BGG 948

Wir bieten:

- Mitarbeit in einem qualifiziertem Team
- Kostenfreie Aus- und Fortbildungen
- Modernes Ausbildungsmaterial
- Vergütung als Honorarkraft
- Erstattung von Fahrtkosten

Bewerbungen erbeten an:

BRK Kreisverband Regensburg
Ref. Ausbildung, Markus Haslecker
Hoher-Kreuz-Weg 7, 93055 Regensburg
Tel. 0941/79605-40 | haslecker@kvregensburg.brk.de

Verbandskasten prüfen

„Am Samstag können Sie auf dem Parkplatz des Supermarkts Ihren Verbandskasten überprüfen lassen.“

So oder so ähnlich werden oftmals Aktionen angekündigt, bei denen z.B. Rot-Kreuz'ler den Inhalt von Verbandskästen auf Vollständigkeit und Haltbarkeit hin überprüfen. Ein Pflaster mit Verfallsdatum? Ja! Bei der Überprüfung geht es in der Tat um die Haltbarkeit z.B. der Verbandstoffe, denn diese halten nur eine gewisse Zeit. Dies dient der Vermeidung von Infektionen. Die entsprechende Zeitangabe steht auf den Verbandpäckchen oder Pflaster usw.: z.B. 2030-12 bei unbeschädigter Verpackung. Die Polizei kann bei Überprüfungen diesen Mangel, also sofern der Inhalt von EH-Kästen abgelaufen ist, mit einem Bußgeld ab 10 Euro ahnden. Verantwortlich für das ordentliche Mitführen von Warneinrichtungen und Material zur Versorgung ist der Fahrer.



Es gibt Verbandskästen, deren Inhalt bis 30 Jahre hält (und die entsprechend teuer sind). Aber: Hält in der Regel ein Auto so lange? Und diese Haltbarkeit ist auch nur gewährleistet, wenn die Verbandstoffe unbeschädigt sind. Deshalb die regelmäßige Kontrolle des Verbandskastens. Wenn etwas nicht mehr haltbar ist, muss man nicht gleich den ganzen Kasten auswechseln. Man kann einzelne Teile auch einzeln kaufen. Allerdings sind komplett neue Verbandskästen oder -taschen bereits für 5 bis 7 Euro zu erstehen.

*Markus Haslecker
Leiter Bildungszentrum*

Das Wissen auffrischen

Regensburger Rot-Kreuz Pflege- und Wundtag

Bereits zum dritten Mal fand am 14. September der Regensburger Rot-Kreuz Pflege- und Wundtag statt. Die etwa 120 Teilnehmer/innen konnten ihr Wissen bei den fachlichen Vorträgen über die aktuellen Änderungen z.B. in der Versorgung von Dekubitus auffrischen. Einen besonderen Vortrag hielt PD Dr. Martin Kammerl. Er schilderte die Fallvorstellung eines Patienten, von Beginn der Erkrankung bis hin zu den verschiedenen Stadien des Verlaufs. Hier konnten die Teilnehmer/innen eine sehr komplexe Krankheitsgeschichte verfolgen. Bei

einem Vortrag zur demografischen Entwicklung im Gesundheitswesen konnten die Teilnehmer/innen den durchaus dramatischen „Personalfehlbestand“ sowohl bei der Pflege als auch im ärztlichen Bereich erkennen. Klar wurde hierbei auch, dass die Pflege verstärkt Wege der Zusatzqualifikation beschreiten muss. OA Dr. med. Klaus Huber begleitete die Veranstaltung wissenschaftlich und verabschiedete die Teilnehmer/innen.

*Markus Haslecker
Leiter Bildungszentrum*

Neues Angebot

BRK hat zum ersten Mal Praxisanleiter/innen ausgebildet

Zum ersten Mal wurden auch Praxisanleiter/innen im Gesundheitswesen im Bildungszentrum des Kreisverbandes Regensburg ausgebildet. Die Teilnehmer/innen, die ohne Ausnahme aus Pflegeberufen stammten, lernten in dieser Weiterbildung, welche für die Anleitung der Auszubildenden in der Praxis Pflicht ist, die Betreuung und die Anleitung der Schüler/innen am jeweiligen Praktikums- und Ausbildungsort zu organisieren. Praxisanleiter/innen unterstützen den Erwerb von Handlungskompetenzen von Berufsanfängern. Konkret wurden immer wieder Lernsituationen entworfen, diese dann demonstriert, unterrichtet und der Erfolg dabei angemessen geprüft und ausgewertet. Wie erkenne ich



Optimal ausgebildete Praxisanleiter/innen.

„Burnout“ bei meinen Mitarbeitern, wie ist die Rechtslage im Personalwesen, welche Kompetenzen habe ich als Praxisanleiter/in, wie lehre ich richtig und wie beurteile ich Auszubildende richtig? Diese und viele andere Fragen wurden hier nicht nur geklärt, sondern in intensiven Unterrichtsstunden erarbeitet. Dozenten aus dem Pflegebereich und ein Rechtsanwalt sorgten dafür, dass der Kurs sowohl lehrreich und anschaulich, als auch abwechslungsreich gestaltet wurde. Markus Haslecker, Leiter des BRK-Bildungszentrums in Regensburg, zeigte sich mit den Ergebnissen der einzelnen Prüfungen mehr als zufrieden: „Wir können nun davon ausgehen, dass die zwölf frisch gebackenen Praxisanleiter/innen optimal ausgebildet ihr Wissen anwenden.“



Schüler legen sich ins Zeug, damit im Notfall Hilfe da ist.

Aktionstag Schulsanitätsdienst in Obertraubling

Zu Beginn des Schuljahres machten die Schulsanitäter durch einen Aktionstag auf sich aufmerksam, der im Rahmen der „Woche der Nachhaltigkeit und Gesundheit“ stattfand. Bayernweit präsentierten die Schulsanitätsdienste am Donnerstag, den 20. Oktober 2011, ihr Wissen und Können.

An der Realschule Obertraubling legten sich v.a. die Schülerinnen und Schüler der Abschlussklassen ins Zeug. Diese waren gemeinsam mit der betreuenden Lehrkraft, Tatjana Erb, vor zwei Jahren sozusagen die Geburtshelfer des Schulsanitätsdienstes ihrer Schule.

So verwandelte sich die Aula in den beiden Pausen des 20. Oktobers in eine große Erste-Hilfe-Halle. Dort demonstrierten die Schulsanis an vier verschiedenen Stationen die Stabile Seitenlage, klebten Pflaster, legten Verbände an und standen ihren Mitschülern bezüglich ihrer Tätigkeiten Rede und Antwort. Zu den Aufgaben des Schulsanitätsdienstes gehört es z.B. während des Unterrichts, in den Pausen oder bei schulischen Veranstaltungen wie Theateraufführungen und Sportveranstaltungen als Ersthelfer zur Verfügung zu stehen. In einer umfangreichen Ausbildung in Erster Hilfe und in regelmäßigen Fortbildungen

werden die Grundlagen für eine erfolgreiche Hilfeleistung gelegt. Dieses Wissen konnten die Schülerinnen und Schüler sofort bei einem Quiz gewinnbringend einsetzen. Dank der Unterstützung des BRK-Kreisverbandes Regensburg konnten unter allen richtig ausgefüllten Fragebögen drei Preise verlost werden. Die glücklichen Sieger sind Daniel Kempke (5c), Maximilian Nun (5d) und Rebecca Grünert (7a). Zur anschließenden Stärkung hatten die Schulsanis gemeinsam mit Frau Lehner fleißig Muffins gebacken. Scheinbar sind ihnen diese wirklich gut gelungen, denn innerhalb kürzester Zeit waren die Tablettis absolut leer geräumt. Nach diesem Tag weiß sicher der eine oder andere Schüler (und Lehrer) mehr, welche Aufgaben der Schulsanitätsdienst erfüllt und welchen Wert eine Erste-Hilfe-Ausbildung hat.

Tatjana Erb



BRK-Sozialstation begrüßt 500. Patienten

Der Zulauf an Patienten beim Ambulanten Pflegedienst des BRK Regensburg wächst. Aufgrund der demographischen Entwicklung ist mit einem Zuwachs von jährlich zehn Prozent an Pflegebedürftigen zu rechnen. Alleine in diesem Jahr von Januar bis September hat sich die Zahl der Patienten der BRK-Sozialstationen auf 500 erhöht. Nicht zuletzt beweisen die Patientenzahlen und die sehr guten Prüfergebnisse durch den Medizinischen Dienst der Pflegekassen, dass die pflegerische Versorgung die Note „sehr gut“ verdient hat.

Anlässlich dieses Jubiläums überreichten BRK Kreisgeschäftsführer Sepp Zenger, die Stationsleitung der Regenstauffer BRK-Sozialstation, Elvira Hanff, sowie die BRK Betreuerin Luisa Thumann an Fritz Semmler (**Bildmitte**) zusammen mit seiner Frau Elfriede als 500sten Patienten Blumen und einen Präsentkorb. Kreisgeschäftsführer Sepp Zenger führt den Zuwachs auf die hohe Kundenzufriedenheit der betreuten Patienten zurück, die sich beim Roten Kreuz „einfach gut aufgehoben und sicher fühlen“.

Karl-Heinz Grathwohl
Referatsleiter Ambulante Pflege

400 Besuche pro Tag Fuhrparkwechsel im Ambulanten Pflegedienst

Nach insgesamt 1.872.414 km Fahrleistung in den letzten 36 Monaten (das sind fast 47 Erdumrundungen oder fast 5 Mal die Entfernung zwischen der Erde und dem Mond!), wurden 29 VW Fox des Ambulanten Pflegedienstes im September gegen 32 nagelneue VW-Polo ausgetauscht.

Im September 2008 wurden die 29 VW Fox zur Versorgung von durchschnittlich 350 Patienten, verteilt auf die Stadt und den ganzen Landkreis Regensburg, beschafft. Jetzt - nach Ablauf der 3-jährigen Leasingverträge mit dem VW-Zentrum Regensburg - reicht diese Anzahl an Fahrzeugen der Ambulanten Pflege des Kreisverbandes bei Weitem nicht mehr aus. Aufgrund der stetig wachsenden Patientenzahlen wurden bereits in der ersten Jahreshälfte zwei weitere Leasingfahrzeuge beschafft, womit der Ambulante Pflegedienst des Roten Kreuzes der wachsenden Auftragszahl nur vorübergehend gerecht werden konnte. Daher wurden, um den weiterhin zu erwartenden Anstieg bewältigen zu können, drei zusätzliche Fahrzeuge in Betrieb genommen. Wie sich jedoch herausstellte, liegen

die augenblicklichen Wachstumsquoten des Pflegedienstes des BRK Kreisverbandes deutlich über dem Landesdurchschnitt, welcher einen Zuwachs von (je nach Region) jährlich ca. 5 bis 10% ausweist. Bereits in den ersten neun Monaten dieses Jahres stieg die Zahl der versorgten Patienten von 414 auf 486, was einer Steigerung von 17% entspricht. Deshalb verwundert es nicht, dass bereits zwei Wochen nach Auslieferung der neuen Polos, der Fuhrpark um nochmals drei Fahrzeuge aufgestockt wurde. Damit verfügt der Ambulante Pflegedienst des Roten Kreuzes in Regensburg aktuell über 38 Fahrzeuge. Von Januar dieses Jahres bis einschließlich Ende September sind über 110.000 Hausbesuche, also jeden Tag mehr als 400 Hausbesuche erfolgt.

Karl-Heinz Grathwohl
Referatsleiter Ambulante Pflege

Ein leuchtendes Beispiel

Das Senioren Wohn- und Pflegeheim BRK Minoritenhof ist in der Kunstszene beliebt. Die Vorsitzende der Regensburger Charity-Art-Group, Rita Dendorfer, motivierte Anfang Juni drei Generationen gemeinsam zu malen. Für einen guten Zweck hatte sie die Vorlage dafür vorbereitet: Eine Hommage an den bekannten Künstler Willi Ulfig. Prominente malten mit: Bürgermeister Joachim Wolbergs, Kreisgeschäftsführer Sepp Zenger, der Vorsitzende des BRK-Kreisverbandes, Dr. Heinrich Körber, und Sportreporter Armin Wolf (**im Bild von rechts**). Heimleiter Herbert Riepl hat die ungewöhnliche Aktion in seinem Haus ermöglicht: „Es ist wichtig, dass die Bewohnerinnen und Bewohner hier offen sind,

mit anderen gemeinsam etwas machen, Freude haben.“ Dr. Körber dankte dem Heimleiter und begrüßte das kunstinteressierte Publikum. Wolbergs nannte Frau Dendorfer ein leuchtendes Beispiel: „Freiwillig und ehrenamtlich engagiert sie sich mit anderen. Sie wollen, dass es auch anderen gut geht.“

Die Schülerin Maximiliane Schaffrath untermalte mit ihren Gitarrenklängen den entspannten Abend. Dendorfer: „Weil rund 30 Menschen hier zusammen Hand angelegt haben, steckt viel Energie in diesem Bild. Gute Energie.“

Viviana Kagerer





Bereitschaften

Viel Betreuung war beim Ironman nötig (alle Bilder).

In guten Händen

Großveranstaltungen beim BRK

Mai- und Herbstdult in Regensburg

Während 380 Stunden Sanitätsdienst an der Dultwache mussten knapp 350 Dultbesucher eine Erste-Hilfe-Leistung in Anspruch nehmen. Über 200 Sanitäter des BRK machten dies möglich.

Stadtmarathon

10 Rettungswagen, 3 Notarzteinsatzfahrzeuge und weitere Fahrzeuge der Fachdienste der Bereitschaften waren mit 60 Sanitätern am Stadtmarathon im Einsatz. Etwa 140 Teilnehmer und Besucher wurden sanitätsdienstlich versorgt.



Altöttingwallfahrt

5.000 in Regensburg startende Wallfahrer, deren Anzahl sich bis Altötting fast verdoppelt, werden von 19 Fahrzeugen des BRK begleitet. 75 Sanitäter leisten während des Marsches fast 1.000 Hilfeleistungen.

Bürgerfest

130 Besucher wurden von 50 Sanitätern des BRK sanitätsdienstlich versorgt. Unter der Einsatzleitung des BRK unterstützten auch Helfer des MHD und der JUH den Gesamteinsatz.

Ironman Regensburg

Bei der Weltausstellung waren gut 360 Sportler und Besucher zu versorgen. 240 Sanitäter des BRK und 20

Ärzte waren am Event im Einsatz. 30 Rettungswagen sorgten für nahe Hilfe an jeder Stelle auf den Strecken.

Arberradmarathon

Etwa 7.000 gestartete Radfahrer wurden von 5 Rettungswagen und 4 Ärzten begleitet. 30 Sanitäter mussten gut 50 Sportler versorgen.

MZ-Landkreislauf

Beim Landkreisstaffellauf waren gut 2.000 Teilnehmer von 20 Sanitätern zu betreuen. Etwa 25 mal mussten sie tätig werden. 8 Rettungswagen waren bei der Veranstaltung verteilt und haben die Sportler begleitet.

Jürgen Eder, Kreisbereitschaftsleiter

Neue Halle für Bereitschaften und Katastrophenschutz

Die neue Halle an der Straubinger Straße bietet für die Bereitschaften des BRK sowie für deren Fachdienste und den Katastrophenschutz sehr viel mehr Platz, der dringend notwendig ist.

Seit einigen Wochen ziehen die Helfer der Regensburger BRK-Stadtbereitschaften in ihr neues Zuhause in unmittelbarer Nähe zum Kreisverband um. Die Büros wie auch alle Fahrzeuge und das Material des Katastrophenschutzes und der Fachdienste befinden sich jetzt in einem Gebäude, dem BEKAZE: dem Bereitschafts- und Katastrophenschutzzentrum des BRK.

Viele Umbaumaßnahmen müssen noch erledigt werden, bis im Frühjahr wohl alles an seinem Platz ist. Bis dahin ist noch viel Arbeit zu leisten. Dann können die Fachdienste und Arbeitskreise sowie die Bereitschaften ihre Arbeit leichter durchführen, denn alle sind zusammen in einem Gebäude: Transport & Behandlung, Betreuung & Verpflegung, Technik & Sicherheit, Information & Kommunikation, die Rettungshundestaffel, die Motorradstreife, die Krisenintervention und das Kreisauskunftsbüro.

Jürgen Eder,
Kreisbereitschaftsleiter



Übergabe durch Innenminister Neuer Betreuungskombi für die Bereitschaften

Im September konnte der Fachdienst Betreuung/Verpflegung der Kreisbereitschaftsleitung in der Mercedes-Niederlassung München einen nagelneuen Betreuungskombi in Empfang nehmen.

Das Fahrzeug stammt aus einer Serie von 38 Mannschaftstransportwagen, die das Bayerische Staatsministerium des Innern im Rahmen des Bayerischen Investitionsprogramms für den Katastrophenschutz im Jahre 2011 den Hilfsorganisationen bayernweit zur Verfügung stellt, 30 davon gehen an das BRK. Es handelt sich um einen Mercedes 316 CDI; die Ausstattung und Einbauten stammen von der Firma ADIK Fahrzeugbau GmbH. Der Neusitzer mit 6-Gang-Schaltgetriebe und einer Leistung von 120kW (163 PS) verfügt über eine Ausstattung, die sich wirklich sehen lassen kann. Vom Notfallrucksack (Wasserkuppe III), diverse Handlampen usw. bis hin zu einer Magnetwand für Lagekarten u.ä. bleiben keine Wünsche offen. Blaulichtsignalanlage mit Außenlautsprecher, ein BOS-4m-Funkgerät, sowie zwei 2m-Funkgeräte, ein fest eingebauter Tisch für Besprechungen oder sonstige Schreibarbeiten runden das Equipment ab. Das Fahrzeug ist auch bereits mit einer Anhängerkupplung versehen, da ein hierzu vorgesehener Anhänger mit Material für den Betreuungsdienst voraussichtlich 2012 nachgeliefert werden wird.

Der Kombi wird nach den Vorgaben des Innenministeriums in der Stadt Regensburg stationiert und primär für Einsätze des Betreuungs- und Verpflegungsdienstes verwendet,



Von links: Landesgeschäftsführer Leonhard Stärk, Landesfachdienstleiter Betreuungsdienst Volker Schneider, Ellen Schafberger (Betreuungshelferin), Joachim Herrmann (Bayerischer Staatsminister des Innern), Elisabeth Kastenmeier (Betreuungshelferin), Guido Habakuk (Stellv. Fachdienstführer Betreuung), Christa Prinzessin von Thurn und Taxis (Präsidentin des BRK), Bernd Peterke, Stellv. Landesbereitschaftsleiter

sonit auch von der Fachdienstführung Betreuung/Verpflegung verwaltet. Die offizielle Übergabe sämtlicher bayernweit ausgelieferter Fahrzeuge fand in München auf dem Odeonsplatz durch den Baye-

rischen Staatsminister des Innern, Joachim Herrmann, im Beisein der Präsidentin des BRK, Christa Prinzessin von Thurn und Taxis, statt.

Harald Scholz

Bereitschaftsleiter Sinzing

Das Zusammenspiel der Rettungsdienste funktioniert.



Großübung im Tal der Schwarzen Laber

Am Samstag den 10. September 2011 probte ein Großaufgebot von Rettungsdienstkraften des BRK gemeinsam mit den Feuerwehren des Landkreises Regensburg einen Verkehrsunfall mit einem Massenansturz von Verletzten.

Angenommen wurde ein Serienunfall auf der Staatsstraße 2394 von Eichhofen nach Sinzing mit mehreren PKW, LKW und einem Reisebus. Neben medizinischen Kenntnissen mussten die nahezu 100 Einsatzkräfte des

BRK insbesondere auch komplexe organisatorische Aufgaben bewältigen. Der Leiter des BRK Rettungsdienstes in Regensburg, Sebastian Lange, bedankte sich bei allen Einsatzkräften für die ausgezeichneten Leistungen und insbesondere auch bei den Organisatoren der Einsatzübung für die hervorragende Vorbereitung.

Einweihung in Karlstein

Verpflegungsgruppe Regenstauf verpflegt 400 Gäste des Markts

Die Verpflegungsgruppe der BRK Bereitschaft Regenstauf wurde von Bürgermeister Böhringer gebeten, ca. 350 bis 400 Gäste der Einweihungsfeier des Ulrich Graf von Drechsel Denkmals in Karlstein mit einer warmen Mittagsmahlzeit zu verpflegen. Auf dem Speiseplan stand Gulasch vom Rind und Schwein mit Nudeln und Gurkensalat.

Für die Bereitschaft Regenstauf begann der Einsatz um 7 Uhr mit Ausrüstung packen und Feldküche und Lebensmittel vorbereiten.

Nach der Ankunft am Feuerwehrhaus Karlstein wurde die Feldküche aufgestellt und die benötigten Strom- und Wasserleitungen verlegt; mit den acht Helfern konnten der Aufbau und die anschließende Grundreinigung in einer knappen Stunde bewältigt werden!



Kochen bei der Einweihungsfeier.

Um 8:45 Uhr konnte mit der Zubereitung des Mittagessens begonnen werden, vier Helfer kümmerten sich um den Gurkensalat, denn es waren immerhin 100 Salatgurken zu schä-

len und zu hobeln, die restlichen Helfer hatten 35 kg Fleisch und 35 kg Zwiebeln zu braten.

Dank unserer modernen Feldküche, die wir 2010 von der Bundeswehr übernehmen konnten, war die Zubereitung ein Kinderspiel: In nur 90 Minuten waren die 400 Portionen Gulasch fertig.

Nach dem Zubereiten von 35 kg Nudeln wurde pünktlich um 12 Uhr mit der Speisenausgabe begonnen.

Nach einigen hundert Geschirrtellen und Thermobehältern, die gespült werden mussten, wurde der Einsatz um 15:30 Uhr beendet. Das zubereitete Essen wurde von allen Verpflegten und besonders von unserem Bürgermeister, Siegfried Böhringer, als sehr schmackhaft gelobt!

Als größte Betreuungseinheit im Kreisverband Regensburg mit 15 aktiven Helfern im Betreuungsdienst, sind solche Einsätze eine optimale Vorbereitung für größere Einsätze. Es werden 4 bis 5 mal im Jahr Veranstaltungen von uns betreut, um eine optimale Ausbildung und Einsatzbereitschaft der SEG Betreuung/Verpflegung Regenstauf zu gewährleisten.

Joachim Schmid

Leiter SEG BtD R-Land

Ausbilder Feldkoch

Betreuungsgrundlehrgang in Regenstauf

Mit insgesamt 16 Unterrichtseinheiten absolvierten 15 Helferinnen und Helfer, überwiegend aus der Bereitschaft Regenstauf, aber auch aus Regensburg und Sinzing das zur Helfergrundausbildung in den Bereitschaften gehörende Modul des Betreuungsgrundlehrgangs. Die Meisten von ihnen verfügten bereits über Vorkenntnisse bzw. Erfahrungen im Betreuungsdienst, so dass es Lehrgangsleiter und Ausbilder Mario Hechtfisher vom Kreisverband Hof nicht schwer fiel, den mit vielen Gruppenarbeiten garnierten Unterrichtsstoff an einem Wochenende im Oktober zu vermitteln. So galt es anhand von praktischen Aufgaben und Rollenspielen die unterschiedlichsten Situationen darzustellen und aufzuarbeiten, mit denen Betreuungspersonal in der Praxis konfrontiert werden kann. Die Registrierung von unverletzten, von



einem Schadenereignis betroffenen Personen, sowie deren Unterbringung, Verpflegung und die psychische Betreuung waren die wesentlichsten Lehrgangsinhalte. Der Grundlehrgang gilt als Grundstock für die weitere Fachdienstausbildung im Bereich Betreuung und Verpflegung und ist Teilnahmevoraussetzung für eine Reihe weiterer Ausbildungen im BRK. Wichtig war aber auch der Erfahrungsaustausch und nicht zuletzt auch das gegenseitige Kennenlernen von Helfern aus verschiedenen Betreuungseinheiten des BRK-Kreisverbandes Regensburg.

Abschließend konnte der Lehrgangsleiter eine positive Lehrgangsbilanz ziehen und die Teilnahmezertifikate an die Lehrgangsteilnehmer aushändigen.

Harald Scholz

Wir sind gerne beim Jugendrotkreuz...



Franz Mathe

Leiter der Jugendarbeit im BRK Kreisverband Regensburg

... weil ich mir sicher bin, dass unsere Jugend sehr viel soziales Potential hat, das gefördert werden möchte. Ich bin gerne bereit, meinen Teil beizutragen. Außerdem finde ich es immer wieder überwältigend, mit welcher Freude Kinder und Jugendliche anderen Menschen helfen wollen.



Carina Köttner

Stellv. Leiterin der Jugendarbeit

... weil ich viele schöne Kindheitserinnerungen mit dem JRK verbinde und jetzt selbst dazu beitragen kann, dass unsere Kinder und Jugendlichen ebenfalls glückliche und fröhliche Momente in unserer Gemeinschaft erleben können.



Peter Hackl

Stellv. Leiter der Jugendarbeit

... weil es immer wieder schön ist, mit Kindern und Jugendlichen zu arbeiten. Deshalb bin ich nun auch schon seit 35 Jahren beim Jugendrotkreuz!

Besserer Übergang

Tagung der Jugendgruppenleiter in Kastell Windsor

Jugend erarbeitet Möglichkeiten, wie der Übergang in die Erwachsenenarbeit besser gestaltet werden kann.

Die Leiter der Jugendarbeit im BRK Kreisverband Regensburg, Franz Mathe, Carina Köttner und Peter Hackl, luden alle Gruppenleiter/in-

nen zu einer Wochenendklausur in das Tagungshaus „Atrium“ im Kastell Windsor. In dem, vom Werkhof Regensburg bewirtschafteten Freizeit- und Tagungszentrum Kastell Windsor, zwischen Wörth/Donau und Falkenstein gelegen, hatte die Gruppe die richtige Ruhe gefunden, um über die wichtigen Themen, die ein/e Gruppenleiter/in als Rüstzeug benötigt, zu tagen.

Diskussion: Wie lassen sich JRK-Mitglieder für die Bereitschaften begeistern?



Reiss

Sanitäts Fachhaus



- OrthopädieTechnik
- OrthopädieSchuhtechnik
- BrustZentrum
- VenenkompetenzZentrum
- Bewegungs- & AnalyseZentrum

Reiss & Zimmermann



- HomeCare
- RehaTechnik



REGENSBURG Obermünsterstraße 17 | Tel. 09 41 / 59 40 90
Donau-Einkaufszentrum | Tel. 09 41 / 4 60 75 88
NEUMARKT Badstraße 21 | Tel. 0 94 81 / 4 31 91

REGENSBURG Straubinger Straße 61 | Tel. 09 41 / 60 36 60
info@reiss-zimmermann.de
www.reiss-zimmermann.de



Über Rechte und Pflichten und der spielerischen Gestaltung einer Gruppenstunde erfuhren die Jugendleiter/innen ebenso viel wie über die Möglichkeit, den Kindern die Natur näher zu bringen. Dazu führte der Wörther Landschafts- und Naturführer Josef Schütz die Teilnehmer/innen durch das herbstlich gefärbte „Gschwelltal“.

In der Erste-Hilfe-Ausbildung teilten die beiden Wasserwachtler, Tobias und Filip, den Gruppenleitern mit, wie man sich richtig bei Eisunfällen verhält, bzw. wie man den Jungen und Mädchen in der Gruppenstunde das Verhalten auf dem Eis vermittelt.

Zentrales Thema der Tagung aber war die Erarbeitung von Möglichkeiten, wie man Jugendliche an die Rotkreuz-Gemeinschaften binde bzw. wie man den Übergang von der Jugend- zur Erwachsenenarbeit aus der Sicht der Jugendlichen gestalten kann.

Die Ergebnisse der Arbeitsgruppen wurden im Dezember bei einem „Runden Tisch“ im KomKlub des Kreisverbandes den Bereitschafts- und Arbeitskreisleitern vorgestellt.

Franz Mathe
Leiter der Jugendarbeit

1.000 Euro von ING DiBa Die Rettungshundestaffel des BRK Regensburg gehört zu den Gewinnern

Die Rettungshundestaffel des BRK Regensburg hat es dank der **überragenden Zahl von 8.360 Stimmen auf den hervorragenden Platz 261 geschafft.**

Die ING DiBa hat 1 Million Euro Preisgeld bei ihrer Aktion „FAIRantwortung“ ausgelobt. Dabei wurden die 1.000 Vereine mit den meisten Stimmen, die per Internetworking erzielt werden konnten, als Gewinner ausgezeichnet. Jeder Verein erhält 1.000 Euro für seine Arbeit. Die Rettungshundestaffel des BRK Regensburg hat es dank der überragenden Zahl von 8.360 Stimmen auf den hervorragenden Platz 261 geschafft. Damit ist

es möglich, die Ausrüstung der Staffel zu verbessern und Sucheinsätze noch effizienter durchzuführen. Die Rettungshundestaffel des BRK Regensburg kommt im Durchschnitt 35 mal pro Jahr in den Einsatz. Die Einsätze sind für die Betroffenen oder die anfordernden Stellen kostenlos, daher ist die Staffel auf Spendengelder angewiesen, um auch in Zukunft ihre Arbeit durchführen zu können.

Markus Wilhelm
Staffelleiter Rettungshundestaffel

Daniela und Michael haben sich getraut

Daniela Martinez und Michael Ertl vom Fachdienst Psychosoziale Notfallversorgung des BRK Kreisverbandes haben sich getraut. Nachdem die beiden im letzten Jahr im Spieler- und Hochzeitsparadies Las Vegas die standesamtliche Trauung vollzogen hatten, fand Ende August die kirchliche Zeremonie in der Asamkirche in Weltenburg statt. Die Hochzeitsgäste wurden vormittags mit der MS Weltenburg von der Kelheimer Anlage-

stelle durch den malerischen Donaudurchbruch nach Weltenburg und nach der Trauung wieder zurück gebracht. Michael, Kartiotechniker in der Uniklinik Regensburg, und Daniela, Hauptschullehrerin in München, haben sich beim Jugendrotkreuz kennen und lieben gelernt. Er war Mitglied bei der JRK-Gruppe Sinzing und sie in Regenstauf. Wir wünschen dem jungen Paar ein glückliches gemeinsames Leben und viele kleine junge Rot-Kreuz-Mitglieder.



Daniela und Michael mussten sich nach der Trauung erst einen Weg durch ein Netz aus Verbänden schneiden, das von Mitgliedern der Bereitschaft Sinzing gehalten wurde.

Sicher Skifahren

Die Bergwacht gibt Tipps für viel Spaß im Schnee

Viele Sportler stehen jetzt wieder erwartungsvoll in den Startlöchern und können es kaum erwarten bis der erste Schnee fällt. Manche gönnen sich auch das Vergnügen, bereits in der Vorsaison auf einen Gletscher zu fahren und ihrem Hobby zu frönen: dem Skifahren.

Um das Ganze auch zu einem Rundumvergnügen zu machen, sollten eine paar Grundsätze immer berücksichtigt werden.

- Skifahren setzt eine gewisse Fitness im Bewegungsapparat und Herz-Kreislaufsystem voraus, die man am besten durch ein ganzjähriges, regelmäßiges Training auf „Stand“ hält. Spätestens im Spätsommer oder Herbst sollte man sich dann doch wenigstens zu regelmäßigen Trainingseinheiten durchringen. Am besten natürlich mit Gleichgesinnten, bei einem der Skitrainings, die in allen größeren Vereinen in der Wintersaison angeboten werden.

- Menschen mit gesundheitlichen Risiken (z.B. Diabetes, Herzprobleme, erhöhter Blutdruck etc.) sollte sich auf jeden Fall den Rat ihres Arztes einholen.

- Nicht das Alter, sondern in der Regel ein schlechter Trainings- und Gesundheitszustand sind ein Grund, um auf das Skilaufen zu verzichten

- Skifahren sollte eigentlich Urlaub und Entspannung sein, deshalb ist es auf jeden Fall von Vorteil, die Anfahrt incl. möglicher Staus und wetterbedingter Behinderungen gründlich zu planen und vielleicht auch ein paar Minuten früher mit der Anreise zu beginnen.

- Nachdem man sich ja beim Skifahren vorwiegend im Freien aufhält (es soll aber auch Leute geben, die das Gegenteil schaffen) ist natürlich eine entsprechende Kleidung unerlässlich, um den Körper vor Auskühlung zu schützen.

- Auch die restliche Ausrüstung wie Ski, Helm, Brille und Bindung, sollten nicht nur den aktuellen Sicherheitsvorschriften entsprechen, sondern auch jährlich vor Saisonbeginn überprüft und eingestellt werden. Hand aufs Herz: Wann wurde Ihre Bindung das letzte Mal von einem Fachmann eingestellt?

- Genießen Sie Ihren Skitag! Dazu gehört es nicht nur, möglichst viele Abfahrtskilometer herunter zu spulen, sondern sich auch einmal die Zeit zu nehmen, die Natur, in der man sich befindet, mit offenen Sinnen wahrzunehmen.

- Machen Sie regelmäßige Erholungspausen und beenden Sie Ihren Skitag frühzeitig, denn ein Einkehrschwung – auch ohne Alkohol – ist nicht nur ein geselliges Ereignis, sondern dient auch dazu, den „Übermüdungsunfällen“ vorzubeugen, die sich vorwiegend am späteren Nachmittag ereignen.

- Sollten sich während des Skitages Beschwerden wie Schwindel, Atemnot etc. einstellen, beenden Sie Ihren Skitag und suchen Sie so bald wie möglich einen Arzt auf.

- Rücksichtvolles Verhalten auf der Piste sowie das Einhalten der FIS-Verhaltens- und Umweltregeln sollten eigentlich eine Selbstverständlichkeit sein.

Eine schöne, erlebnisreiche und vor allem unfallfreie Skisaison wünscht Ihnen die Bergwachtbereitschaft Regensburg!

Johann Straußberger



Wandervorschlag der Bergwacht

Winterwanderung im Donaustauer Forst

Empfohlenes Kartenmaterial:

Bayerisches Vermessungsamt

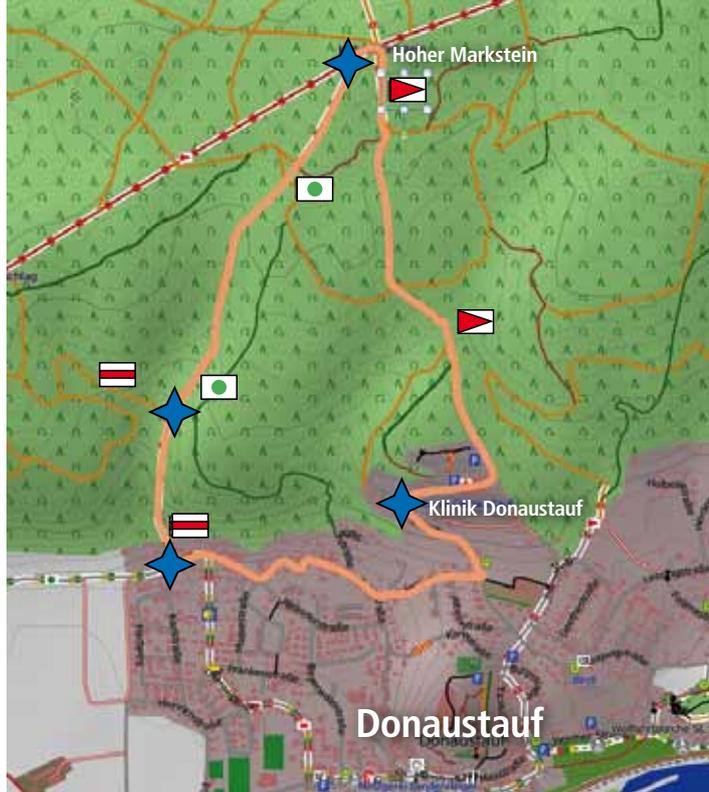
UK 50-26

Fritsch Freizeitkarte Regensburg

Für Interessierte und zur Übung sind zu den markanten Punkten die Koordinaten nach dem UTM-System angegeben. Die angegebenen Punkte liegen alle im Zonenfeld 33 U und im 100 km Quadrat TQ.

Wenn im Winter Wald und Flur tief verschneit sind, wandern wir auf festen Wegen durch den Donaustauer Forst. Den Ausgangspunkt der Winterwanderung (TQ 9504 3506) erreichen wir mit dem Auto oder den öffentlichen Verkehrsmitteln. Von Tegernheim kommend über die Weinbergstraße oder von Donaustauf über die Prüll- oder Karlstraße erreichen wir den Forstweg, der mit einem roten Rechteck markiert direkt nach Norden führt. Wir folgen diesem Weg

talauftwärts, bis die Markierung bei Punkt TQ 9505 3552 nach links abzweigt und wandern geradeaus der Markierung grüner Punkt auf weißem Grund folgend stetig aufwärts. Bei der nächsten Verzweigung behalten wir die Wanderrichtung bei (nicht dem grünen Punkt nach rechts folgen), bis wir alsbald bei Punkt TQ 9564 3654 auf die Hohe Linie treffen, in die wir nach rechts einbiegen. Nach etwa 100 m wird die Kreuzung beim Hohen Markstein erreicht. Nun wenden wir uns nach rechts (südlich) und folgen ab hier der Markierung rotes Dreieck. Gemächlich spazieren wir den gut markierten Wanderweg abwärts bis nach Donaustauf. Den Ort erreichen wir über die Jahnstraße und folgen dieser bis zum Punkt TQ 9609 3481. Hier biegen wir rechts in die Ludwigstraße Richtung Krankenhaus ein. Über die Attilastraße und die Prüllstraße treffen wir wieder auf unseren Ausgangspunkt und erreichen auch alle Verkehrsmittel.



Natürlich kann die Wanderung auch in umgekehrter Richtung unternommen werden.

Für die 6 km lange Wanderung sind bei normalem Wandertempo etwa 2 Stunden Gehzeit einzuplanen.

Wem das zu wenig ist, der kann die Wanderung ab dem Großen Markstein bis nach Probstberg und Wenzelbach ausdehnen und aus der Halbtages- eine Tageswanderung machen.

Dieter Nikol, Bergwacht Regensburg

An dieser Stelle danken wir dem **Bayerischen Waldverein** und den **Naherholungsvereinen**, die durch unermüdelichen Einsatz für ein hervorragendes und bestens markiertes Wanderwegenetz sorgen.



Arbeitsbereiche und Ansprechpartner/innen

Rettungsdienst

Notarzt	112
Rettungsdienst	112
Krankentransport	09 41 / 19 222
Sebastian Lange	09 41 / 79 60 5 - 21

Mobile Dienste

Ambulanzfahrten (sitzend oder liegend) ohne spezielle medizinische Betreuung
Mietwagenfahrten, Rollstuhltransporte
Servicezentrale (Stefan Deml) 09 41 / 29 76 00

Service für Mitglieder

24 Stunden für Sie erreichbar
Rückholungen im Inland
Servicezentrale 09 41 / 29 76 00
Rückholungen Ausland
DRK Flugdienst 02 28 / 23 00 23
Mitgliederbetreuung
Hildegard Zimmer 09 41 / 7 96 05 - 39

Kundenberatung und Service

Information und Beratung zu allen Dienstleistungen und Angeboten speziell für Senioren
Roswitha Webel 09 41 / 7 96 05 - 32

Ausbildung für jede/n

Erste Hilfe - lebensrettende Sofortmaßnahmen am Unfallort und Herz-Lungen-Wiederbelebung; Erste Hilfe am Kind mit praktischen Übungen. Fach- und maßgeschneiderte Ausbildungsangebote für Firmen, Verbände und Vereine nach Anfrage.
Markus Haslecker 09 41 / 79 60 5 - 37

Soziale Dienste

Ausländer- und Aussiedler-Beratung, Sozialberatung, Psychosoziale Krebsnachsorge; **Patientenbesuchsdienst** am Klinikum der Universität Regensburg. Bleiben Sie aktiv, auch im Alter!
Senioren-gymnastik und Seniorentanz;
Gesundheitsprogramme des Roten Kreuzes schaffen Beweglichkeit und halten Sie fit!
Vermittlung von Mütter/Väter-Kind-Kuren
Hildegard Zimmer 09 41 / 79 60 5 - 39

Altstoffsammlungen

Altkleidercontainer; Flohmarkt.
Maria Seidl 09 41 / 79 60 5 - 33

Kinderbetreuung

BRK-KiGa St. Barbara, Hemau
Johanna Segmehl 0 94 91 / 705
Wald-KiGa-Gruppe **Wurzelzweige**
Regina Obermeyer 0157 / 81 89 52 35
BRK-KiGa Uni-Kum, Regensburg
Ute Steiner 09 41 / 943 - 32 52
BRK-Kinderkrippe Uni-Kum, Regensburg
Silvana Besenreiter-Löffler 09 41 / 943 - 32 14
BRK-KiGa Irgendwie Anders, Schönhofen
Gabi Holzer 0 94 04 / 61 51
BRK-Kinderkrippe „Mittendrin“
Ingrid Urban 09 41 / 56 79 72
BRK-Schüler/innen-Hort Barbing
„Regenbogen“
Elke Riehm 0 94 01 / 52 77 35
BRK-Schüler/innen-Hort Sinzing „Starkids“
Cornelia Reinelt 09 41 / 30 78 78 83
BRK-Kinderkrippe „Sinzinger Winzlinge“
Karolina Jaksch 09 41 / 30 77 90 02
In **Hemau, Sinzing, Barbing** und in der Stadt **Regensburg** sind wir Träger von 28 Gruppen der **Mittagsbetreuung** an 11 Grundschulen.
Maria Seidl 09 41 / 79 60 5-33

Ambulante Pflege

Altenhilfe und Altenpflege; Wir übernehmen mit unseren Teams von der Hausarbeit über die Grundpflege alles, was Sie brauchen.

Kinderkrankenpflege: Beratung, Unterstützung und Hilfe bei der Pflege kranker Kinder
Rosemarie Lutz-Barta 09 41 / 27 08 18
Karl-Heinz Grathwohl 09 41 / 79 60 5 - 38

Betreutes Wohnen

in Neutraubling, Regensburg (Königsgarten), Schierling und Hemau.

Sozialstationen

Station Regensburg	09 41 / 27 08 18
Station Hemau	0 94 91 / 31 41
Station Wörth	0 94 82 / 35 78
Station Schierling	0 94 51 / 94 22 22
Station Neutraubling	0 94 01 / 91 59 00
Station Regenstauf	0 94 02 / 9 39 81 31

BRK Minoritenhof

Senioren Wohn- und Pflegeheim am östlichen Rande der Altstadt.
Leitung, Herbert Riepl 09 41 / 56 81 9-0

BRK Haus Hildegard von Bingen

Senioren Wohn- und Pflegeheim im Regensburger Osten. Eröffnung: Juli 2012
Leitung, Herbert Riepl 09 41 / 56 81 9-0

Rotkreuzheim

Das Rotkreuzheim in der Rilkestraße ist ein modernes Senioren Wohn- und Pflegeheim mit eigener **MS-Station.**

Leitung, Peter Konz 09 41 / 29 88 - 400
Anmeldung/Heimaufnahme
Elisabeth Eibl 09 41 / 29 88 - 452

Tagespflege

Ingrid Bergbauer 09 41 / 29 88 - 360

Blutspendedienst

Ihr Blut kann Leben retten!
Institut Regensburg, Hoher-Kreuz-Weg 7
Institutsleitung:
Dr. Günther Aufschneider 09 41 / 79 60 4 - 133

Essen auf Rädern

Sie wählen Ihr Menü, wir liefern täglich heiß oder wöchentlich tiefkühlfrisch zum Selbstwärmen.
Gisela Hirtreiter 09 41 / 29 88 - 444

Aktiv im Roten Kreuz

Werden auch Sie ehrenamtlich aktiv als Mitglied bei der Wasserwacht, der Bergwacht, im Jugendrotkreuz oder in den Bereitschaften.
Informationen bei
Maria Seidl 09 41 / 79 60 5 - 33

Bundesfreiwilligendienst (BFD)

BFD beim Kreisverband; Fragen zu Einsatzmöglichkeiten und Zeiten des Dienstbeginns
Klaus Heidenreich 09 41 / 79 60 5 - 42

Freiwilliges soziales Jahr/BFD

BRK Regionalstelle Regensburg
Dorothea Firk
Nadine Hartwich 09 41 / 79 60 5 - 68

Weitere Ansprechpartner/Innen

Kreisgeschäftsführer
Sepp Zenger 09 41 / 79 60 5 - 32
Sekretariat
Roswitha Webel 09 41 / 79 60 5 - 32
Stellv. Kreisgeschäftsführer
Hans Schrödinger 09 41 / 79 60 5 - 34
Sekretariat
Maria Seidl 09 41 / 79 60 5 - 33
Personalratsvorsitzender
Martin Schwesinger 09 41 / 79 60 5 - 23

BRK Kreisverband Regensburg
Hoher-Kreuz-Weg 7, 93055 Regensburg
Tel.: 09 41/79 60 5-0, Fax 09 41/79 60 5-29
Internet: www.brk-regensburg.de
email: info@kvregensburg.brk.de

Regensburger Rot-Kreuz-Stiftung
c/o BRK Kreisverband Regensburg
Tel.: 09 41/79 60 5-32
www.regensburger-rotkreuzstiftung.de

Service-Zentrale 09 41 / 29 76 00

24 Stunden am Tag für Sie besetzt!

Leitung: Stefan Deml

Behindertenfahrdienst:

Gehbehindert und doch mobil.

Hausnotruf: Sicherheit besonders für alleinstehende Seniorinnen und Senioren. Mit dem Hausnotruf steht rund um die Uhr Hilfe bereit.