

RKInside

Die Mitarbeiterzeitung des OÖ Roten Kreuzes

02 / 09

Österreichische Post AG/Sponsoring-Pes/PHb
Verlagspostamt 4020 Linz, Zulassungsnummer GZ 032035427 S

Passt!

Aktion „Mitarbeiter wirbt
Mitarbeiter“ S. 4/5



Credit: ÖRK/Werner Asanger

Neuer Web-Auftritt:
Mehr Service
garantiert!

S. 3

Krisenintervention:
Entlastung für alle
Beteiligten!

S. 7



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

OBERÖSTERREICH

Aus Liebe zum Menschen.

Liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter!



Mit 25. Mai 2009 hat das OÖ Rote Kreuz eine Schwerpunkt-kampagne zur Gewinnung neuer freiwilliger Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gestartet. Mit 16-Bogen-Plakaten, Einschaltungen in Kino, Fernsehen und Radio sowie mit einer umfassenden medialen Berichterstattung wurde in den letzten Wochen versucht, auf die vielfältigen Möglichkeiten, sich freiwillig im Roten Kreuz zu engagieren, aufmerksam zu machen. Gemäß dem Motto „Wir haben die passende Jacke für Dich!“.

Doch wie bereits in der letzten Ausgabe der RKInside angekündigt, kommt vor allem der direkten und persönlichen Ansprache potenzieller Freiwilliger durch Sie – liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter – eine große Bedeutung zu. Denn jeder von uns kann etwas zur Gewinnung neuer Kollegen beitragen. Daher wurde mit Anfang Juni die Aktion „Mitarbeiter wirbt Mitarbeiter“ ins Leben gerufen – siehe Seiten 4 und 5. So viel sei an dieser Stelle bereits verraten: Mitmachen lohnt sich, eine ganz spezielle Anerkennung wartet auf Sie!

Ebenso freut es mich, Ihnen berichten zu können, dass sich das OÖ Rote Kreuz seit Mai 2009 mit einem völlig neuen Gesicht im World Wide Web präsentiert (Seite 3) und die Rotkreuz-Musikkapelle bereits konkrete Formen annimmt (Seite 8).

Als Rotkreuz-Präsident erfüllt es mich zudem mit Stolz, dass kürzlich 44 Mitarbeiter die Führungskräfteausbildung zum Rotkreuz-Offizier erfolgreich abschließen konnten. Neben der feierlichen Offiziersangelobung berichten wir in den Seitenblicken u. a. vom diesjährigen Weltrotkreuztag und Oberösterreichs bisher größter Blutspendeaktion mit dem SV Josko Ried.

Abschließend möchte ich mich für Ihr großartiges Engagement im ersten Halbjahr 2009 bedanken und wünsche Ihnen und Ihren Liebsten vorab einen erholsamen Sommer!

Ihr


Leo Pallwein-Prettner
OÖ RK-Präsident

editorial

inhalt 02 / 09

4/5 Themenschwerpunkt



Wenn auch Sie jemanden – ein Familienmitglied, eine Freundin oder einen guten Bekannten – kennen, der sich eine freiwillige Mitarbeit im Roten Kreuz vorstellen kann, dann ist jetzt der richtige Zeitpunkt zum Motivieren: Die Aktion „Mitarbeiter wirbt Mitarbeiter“ ist bereits voll angelaufen!

6 - 8 OÖ-News

Das OÖ Rote Kreuz freut sich über Führungskräfte-nachwuchs: 44 Mitarbeiter haben ihre Offiziersausbildung erfolgreich abgeschlossen.

10/11 Bezirks-News

Die Bezirke berichten diesmal von erfreulichen Jubiläen, erfolgreichen Einsatzübungen und attraktiven Aktionen für Mitarbeiter.

12 Seitenblicke

In den Seitenblicken erfahren Sie mehr über den diesjährigen Weltrotkreuztag, die groß angelegte Blutspendeaktion in Ried sowie die Buchpräsentation „Das Rote Kreuz“.



13 Was ist los?

14 Noch ein Tipp!

Laufexperte Andreas Koller erklärt, wie Sie sich nach dem Sport richtig „abkühlen“.

15 Unterwegs mit ...

Andreas Turner. RKInside hat den langjährigen freiwilligen Mitarbeiter der Linzer Rettungszentrale begleitet.

16 Gewinnspiel

Impressum Offenlegung gemäß § 25 Mediengesetz: Herausgeber, Medieninhaber und Verleger: Österreichisches Rotes Kreuz, Landessekretariat Oberösterreich, Präsident Leo Pallwein-Prettner, 4020 Linz, Körnerstraße 28. Geschäftsführung: Mag. Erich Haneschläger, Christoph Patzelt, MSc., Mag. Thomas Märzinger, Ing. Mag. Werner Wätzingler. Unternehmensgegenstand: Humanitäre Aufgaben im Sinne der Vereinssatzungen. RKInside ist die Mitarbeiterzeitung des Österreichischen Roten Kreuzes, Landessekretariat OÖ und informiert über Aktivitäten, Neuerungen, Ereignisse und Hintergründe im OÖ Roten Kreuz. Verlagsort: Linz. Chefredakteurin: Mag. (FH) Nina Panholzer, Telefon: 0732 76 44-152, E-Mail: nina.panholzer@o.rotekruz.at, Internet: www.o.rotekruz.at. Fotos: ORK: Werner Asanger; Johann Dumfarth; Herbert Hudec; Andreas Kepplinger; JKU; voestalpine; Layout: Digital Images, Wels. Druck: Gutenberg Werbering Gesellschaft mbH. Zugunsten der besseren Lesbarkeit wurde im Text auf die gleichzeitige Verwendung weiblicher und männlicher Personenbegriffe (Mitarbeiter, Mitarbeiterin bzw. MitarbeiterIn) verzichtet und die männliche Form angeführt. Gemeint und angesprochen sind natürlich immer beide Geschlechter.

Neuer Web-Auftritt

Mehr Service auf www.rotekreuz.at/ooe

Seit Anfang Mai präsentiert sich das OÖ Rote Kreuz auf www.rotekreuz.at/ooe völlig neu im World Wide Web. Zielsetzung des neuen Auftritts: eine verbesserte Navigation, mehr Orientierung – mit einem Wort mehr Service für die User.

„Wir freuen uns sehr, Ihnen mitteilen zu dürfen, dass das OÖ Rote Kreuz seit Anfang Mai mit seinem neuen Web-Auftritt online ist. Auch wenn der Weg ein langer war, so kann sich das Ergebnis aus unserer Sicht sehen lassen, denn beim neuen Web-Auftritt handelt es sich um ein österreichweit einheitliches Konzept. Wir in Oberösterreich sind nun der zweite Landesverband, der online gegangen ist“, berichtet Rotkreuz-Präsident Leo Pallwein-Prettner erfreut.

Schneller ans Ziel

Bei der Neugestaltung ging es uns vor allem um eine verbesserte Navigation und übersichtlichere Gestaltung für mehr Orientierung der Homepage-User. „Mit einem Wort, der User soll ab sofort schneller auf das gewünschte Suchergebnis kommen. Als österreichweites Fixum wurde der rote Balken, der die Leistungsbereiche beschreibt, definiert. Zudem war es uns ein großes Anliegen, unserem Motto ‚Aus Liebe zum Menschen‘ auch auf der Homepage mehr Augenmerk zu schenken und verstärkt Mitarbeiter sowie Klienten zu Wort kommen zu lassen“, betont Projektverantwortliche Mag. (FH) Nina Panholzer.



Mitarbeiter-Nutzen

Ein weiterer entscheidender Vorteil liegt in der einfacheren Handhabung für die Redakteure, denn das neue Content-Management-System, basierend auf TYPO3, weist enorme Vorteile gegenüber dem alten auf. Die zuständigen Webmaster auf Bezirks- und Ortsstellenebene konnten sich in den Schulungen



Immer up to date auf www.rotekreuz.at/ooe

Anfang Juni bereits persönlich davon überzeugen. In einem nächsten Schritt werden nun die Bezirks- und Ortsstellen ihre Inhalte in das neue System integrieren.

Ständige Verbesserung

Selbstverständlich handelt es sich bei der Homepage um kein statisches Produkt – eine ständige Weiterentwicklung und Verbesserung des Auftritts ist daher oberstes Gebot. Ihre Meinung ist uns wichtig! Teilen Sie uns mit, wie Sie die neue Homepage finden. Das Webmaster-Team des OÖ Roten Kreuzes steht Ihnen jederzeit gerne bei Fragen und Anregungen zur Verfügung.

Info
Mag. (FH) Nina Panholzer
webmaster@o.rotekreuz.at



Wir haben die passende Jacke für Dich!

Aktion „Mitarbeiter wirbt Mitarbeiter“

Die Möglichkeiten, neue Mitarbeiter für ein freiwilliges Engagement beim Roten Kreuz zu gewinnen, sind vielfältig. Doch welcher Weg ist wohl der erfolgversprechendste? Für die einen mag es eine Überraschung sein, für andere liegt es sonnenklar auf der Hand: Dank der direkten Ansprache von Freunden, Bekannten und Arbeitskollegen durch aktive Mitarbeiter haben ca. 60 % unserer Freiwilligen den Weg zum Roten Kreuz gefunden.

So auch der seit 24 Jahren im Rettungs- und Krankentransport engagierte Harald Ehrgang aus Hörching oder die 29-jährige Grieskirchnerin Maria Baumberger:

„In meiner Jugend galt meine Begeisterung den Pfadfindern – einige meiner damaligen Kollegen waren im Roten Kreuz aktiv. Diese haben mich immer wieder angesprochen und gesagt: ‚Schau dir doch mal das RK an‘ ...“



Durch Freunde zum RK: Harald Ehrgang.



„Ich bewunderte meinen Bruder jahrelang für seine Tätigkeit als Rettungssanitäter, bis ein längst fälliger Erste-Hilfe-Kurs mir den Denkanstoß gab, auch die Ausbildung zu machen. Im Mai 2007 konnten wir dann unseren ersten gemeinsamen Dienst machen.“

Durch den Bruder zum RK: Maria Baumberger.

„Die Begeisterung, die Herausforderung, der Wert des Miteinanders können durch kaum einen anderen Weg derart gut und vor allem authentisch transportiert werden wie durch Sie als Mitarbeiter selbst.“

Gute Gesprächsbasis

Unter dem Motto ‚Wir haben die passende Jacke für Dich!‘ wurde eine neue Kommunikationskampagne zur Gewinnung Freiwilliger entwickelt, die seit Ende Mai in ganz Oberösterreich umgesetzt wird. Derartige Kampagnen steigern die Bekanntheit der Organisation, erhöhen das Image und stellen somit eine gute Basis für direkte Gespräche dar“, betont Rotkreuz-Präsident Leo Pallwein-Prettner.



Erweitern wir die RK-Familie

Sollte also an Ihrer Ortsstelle Bedarf an zusätzlichen Mitarbeitern bestehen, so scheuen Sie sich nicht davor, die Menschen in Ihrem Umfeld über die verschiedenen Möglichkeiten der Mitarbeit im Roten Kreuz zu informieren und weiterzugeben, was das Leben eines „Rot-Kreuzlers“ ausmacht. Sprechen Sie Familienmitglieder, Freunde und Bekannte an und holen Sie sie in die Rotkreuz-Familie.

So können Sie punkten

Mit welchen Argumenten aber können Sie Ihre Familienmitglieder, Freunde oder Bekannten von einer freiwilligen Tätigkeit im OÖ Roten Kreuz überzeugen? Welche Vorteile ergeben sich aufgrund eines freiwilligen Engagements?

- ✦ Schenke Zeit und du erntest unglaublich viel Dankbarkeit, Anerkennung und Wertschätzung!
- ✦ Lerne neue Leute kennen, erlebe Gemeinschaft und Zusammenhalt!
- ✦ Profitiere von den knapp 100 Aus- und Weiterbildungsangeboten im OÖ Roten Kreuz – viele davon sind auch im Berufs- und Privatleben von großem Nutzen!
- ✦ Wer bei uns aktiv ist, beweist Einsatzwillen und Freude am Umgang mit Menschen – beste Argumente für jedes Vorstellungsgespräch!

Die passende Jacke auch für Sie!

„Wir haben die passende Jacke für Dich! – dieses Motto gilt jedoch nicht nur für neue freiwillige Mitarbeiter. Auch auf Sie warten eine spezielle Jacke sowie viele weitere Produkte als Dank für Ihre aktive Freiwilligenarbeit.“

Für eine erfolgreiche Mitarbeiterwerbung

erhalten Sie beispielsweise **ein T-Shirt** – mit jedem weiteren geworbenen Kollegen können Sie Ihre ganz **persönliche Sportkollektion** zusammenstellen“, meint der Rotkreuz-Präsident und hofft auf eine aktive Ansprache neuer freiwilliger Mitarbeiter.



Mitarbeiter werben und tolle Anerkennungsprodukte erhalten!

Wir haben die passende Jacke für Dich!

In Deiner Kragenweite für viele verschiedene Aufgaben.

Freiwillig im Roten Kreuz

FASS DIR EIN HERZ!

www.o.rotekruz.at
0732-7644-157

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ
OBERÖSTERREICH

Aus Liebe zum Menschen.

Info

Sandra Wolkerstorfer
sandra.wolkerstorfer@o.rotekruz.at

Erfolgsrezept Marathon

Großaufgebot an Personal und Material

Man nehme 250 Mitarbeiter, 53 Einsatzfahrzeuge, 100 kg Fleisch, 30 kg Gemüse, 480 Semmeln, 150 Liter Kaffee, mische diese mit 2.500 Arbeitsstunden und stelle so für 14.000 Sportbegeisterte und deren Fans einen reibungslosen Ablauf – auf und neben der Strecke – sicher.

„Aufgrund der hohen Temperaturen rechneten wir mit einer erhöhten Anzahl von Erkrankungen und haben entsprechende personelle wie materielle Einsatzreserven gebildet“, erklärt Einsatzleiter Clemens Kaltenberger. Das hat sich ausgezahlt: 171 Personen (+ 70 % vgl. 2008) mussten versorgt werden. Eine Premiere feierte heuer zudem der Einsatz von „Team Österreich“ – vier TÖ-Mitglieder waren für die reibungslose Patientenregistrierung zuständig.



Perfekte Organisation dank Schulterschluss aller Bezirksstellen.

44 Rotkreuz-Offiziere angelobt

Neue Führungskräfte im Roten Kreuz

Nach zweieinhalbjähriger Ausbildung konnten Mitte Mai 44 Mitarbeiter in feierlichem Rahmen angelobt werden. Ihr umfangreiches Fachwissen können die Nachwuchsführungskräfte etwa in Einsatzleitungen oder Rettungskommanden einsetzen.

„Unsere Mitarbeiter haben die letzten beiden Jahre Dutzende Wochenenden für ihre Ausbildung geopfert und das verdient große Anerkennung!“, gratuliert Pallwein-Prettner den Teilnehmern und bedankt sich bei der Raiffeisenlandesbank für die großartige Unterstützung der gelungenen Veranstaltung.



Der Führungskräfteachwuchs des Roten Kreuzes.

Höhenflug für Vierbeiner

Suchhundeteams erwerben Fluglizenz

Sprichwörtlich hoch hinaus ging es für 40 Suchhundeteams des OÖ Roten Kreuzes beim jährlichen Hubschrauberausbildungskurs in Hörsching. Die Helfer auf vier Pfoten wurden dabei auf den Lufttransport vorbereitet und haben allesamt ihre „Fliegerlizenz“ erworben.

„Im Ernstfall kommt es natürlich vor, dass wir mit dem Hubschrauber zum jeweiligen Einsatzort geflogen werden. Daher ist es äußerst entscheidend, bereits die Junghunde an die lauten Hubschraubengeräusche zu gewöhnen“, berichtet Karl Dickinger, Landesleiter der RK-Suchhundestaffeln.



Hartes Training für Hund und Herrl.

Entlastung für alle Beteiligten

Dank den Kriseninterventionsteams des Roten Kreuzes

Um den Betroffenen nach schweren Verkehrsunfällen bzw. unvorhergesehenen Todesfällen beizustehen und die Kollegen im Rettungsdienst und anderer Einsatzorganisationen entsprechend zu entlasten, können die Kriseninterventionsteams des Roten Kreuzes angefordert werden. Diese sind innerhalb kürzester Zeit am Einsatzort und leisten psychosoziale Erste Hilfe.

Ingrid Latschenberger-Ehrig, seit 2002 Mitarbeiterin des Kriseninterventionsteams Steyr-Land, blickt bereits auf 28 Einsätze zurück und erklärt, von wem, wann und wie sie und ihre Kollegen gerufen werden können.

RKInside:

Wer kann die Kriseninterventionsteams wie anfordern?

Uns können sowohl die Kollegen aus dem Rettungs- und Krankentransportdienst bzw. des Notarztdienstes, anderer Einsatzorganisationen (Feuerwehr, Polizei) sowie niedergelassene Ärzte anfordern. Die Alarmierung erfolgt über die jeweilige Leitstelle bzw. Leitzentrale des OÖ Roten Kreuzes – diese verständigt anschließend den diensthabenden Mitarbeiter per Funk, Pager oder Handy. Wir sind 365 Tage im Jahr zu jeder Tages- und Nachtzeit erreichbar!

RKInside:

Was sind Ihre zentralen Aufgaben?

Wir leisten psychosoziale Erste Hilfe unmittelbar nach traumatischen Ereignissen wie z. B. nach plötzlichen Todesfällen, nach Großschadensereignissen, Verlust der Lebensgrundlage (Wohnungsbrand), schweren Unfällen, Tod eines Kindes oder Suizid. Wir begleiten zudem die Polizei bei der Überbringung von Todesnachrichten.

Entlastung für alle Beteiligten

Vor allem die Kollegen im Rettungsdienst profitieren maßgeblich von der Arbeit der Kriseninterventionsteams, denn nur so können sie sich voll und ganz auf die professionelle Erstversorgung der Patienten konzentrieren.

„Die Erfahrungen, die ich persönlich mit dem KIT-Personal gemacht habe, sind äußerst positiv. Einerseits weil sie uns als RKT-Personal entlasten, indem sie uns die Verantwortung der Angehörigenbetreuung ‚abnehmen‘, und andererseits weil ich immer wieder beobachten konnte, wie hilfreich es ist, wenn den Betroffenen von Beginn an jemand zur Seite steht.“

Rettungssanitäter Thomas Windhager aus Kirchdorf



„Ich habe den Eindruck, dass die Betreuung durch die Kriseninterventionsteams immer gefragter wird. Ohne diese Möglichkeit müssen die betroffenen Personen in der Erstphase ohne jeglichen Beistand auskommen. Kriseninterventionsteams verstehen es, mit Menschen in außergewöhnlichen Situationen umzugehen – eine Gabe, über die nicht viele Menschen verfügen.“

Rettungssanitäter René Schwarz aus Vöcklabruck

Auch Ärzte und Polizei profitieren

„Besonders positiv empfinde ich die lückenlose Betreuung der Betroffenen. Die KIT-Mitarbeiter sind meist so schnell, dass das Rettungsteam, welches ja rasch wieder einsatzbereit sein soll, bis zu deren Eintreffen vor Ort bleiben kann. Es ist für mich als Notärztin ein gutes Gefühl, wenn die Kriseninterventionsteams kommen und man nicht Angehörige in einer psychischen Ausnahmesituation alleine am Einsatzort zurücklassen muss.“

Notärztin Dr. Susanne Witzany, Bad Ischl

„Wir als Polizei sind z. B. für die Übermittlung von Todesnachrichten zuständig. Man muss sich vorstellen, dass es sich dabei um Umstände handelt, die die betroffenen Menschen in einen Ausnahmezustand versetzen. Dies stellt auch uns vor extreme Herausforderungen. Daher sind wir sehr froh, dass uns die Rotkreuz-Experten bei diesen Gesprächen begleiten und für eine entsprechende Betreuung der Betroffenen sorgen.“

Abteilungsinspektor Roman Kainz und Johann Reitsamer, Braunau



Kooperation für mehr Sicherheit

Neuer Defi für GWB und WOHNUNGSFREUNDE

Seit nunmehr fünf Jahren setzen sich das Rote Kreuz und die Wohnungsgesellschaften GWB und WOHNUNGSFREUNDE für mehr Sicherheit in den eigenen vier Wänden ein. Kürzlich wurde ein weiterer Standort mit einem Laiendefibrillator ausgestattet und die Mitarbeiter entsprechend geschult.

„Als größte Rettungsorganisation des Landes wissen wir, dass die meisten Unfälle in den eigenen vier Wänden passieren. Daher kommt der intensiven Zusammenarbeit mit Oberösterreichs größten Wohnbauträger in Sachen Sicherheitsvorsorge und Erster Hilfe eine große Bedeutung zu“, ist Rotkreuz-Präsident Leo Pallwein-Prettner von der langjährigen Kooperation überzeugt. Neben der Ausstattung mancher Wohneinheiten mit einem Defibrillator erhält jeder neuer Mieter bzw. Eigentümer bei Bezug seiner



Neuer Defi für den Standort Starhembergstraße 51 in Linz.

Wohnung eine Erste-Hilfe-Minifibel. Auf Anfrage hält das Rote Kreuz auch Vorträge zum Thema „Sicherheit in den eigenen vier Wänden“. Weiter organisieren die WOHNUNGSFREUNDE Erste-Hilfe-Kurse für ihre Wohnungseigentümer.

JKU goes Red Cross

RK und Kepler Uni setzen auf Partnerschaft

Gegenseitig vom Netzwerk des jeweils anderen profitieren – dieser Gedanke steht im Mittelpunkt der Kooperation zwischen dem Roten Kreuz und der Linzer Johannes Kepler Universität.

So nützte das Rote Kreuz beispielsweise die Plattform der beliebten Karrieremesse „Discovery“ an der Johannes Kepler Universität, um zahlreiche Studierende und Absolventen über ein freiwilliges Engagement im Roten Kreuz zu informieren. Weiters angedacht ist eine Infoveranstaltung zu den Rettungsanleiterausbildungen. Bereits zur Tradition gehören die vier bis fünf abgehaltenen Erste-Hilfe-Kurse auf

dem Kepler-Campus. Im Gegenzug erhält die JKU im Rahmen von Fachvorträgen die Möglichkeit, ihr umfangreiches Studienangebot vorzustellen. Die erste **Informationsveranstaltung** fand bereits statt – die nächste ist **am 30. Juni 2009, Beginn 18:30 Uhr** an der Rotkreuz-Bezirksstelle Ried vorgesehen. Thema des Abends: „(Über)Lebenskunst im Internet – Wie schütze ich mich und meine Daten?“

Anmeldungen sind im Zuge des Dienstweges möglich!

Info

Dr. Gerhard Lindner
gerhard.lindner@o.oteskruz.at

Musik bewegt

Rotkreuz-Musikensemble komplett

Knapp 60 Mitarbeiter sind dem Aufruf, ihr musikalisches Können in die künftige Rotkreuz-Kapelle einzubringen, gefolgt – der erste Auftritt ist bereits für September 2009 fixiert.

„Wir freuen uns sehr, dass so viele Mitarbeiter unserem Aufruf gefolgt sind. Das musikalische Potenzial in unserer Organisation ist enorm hoch. Auch der Aufwand soll überschaubar bleiben, denn die Rotkreuz-Musikkapelle wird bei ein bis zwei unterschiedlichen Projekten pro Jahr zum Einsatz kommen. Erster geplanter Auftritt ist zum Beispiel die Jubiläumsfeier anlässlich ‚10 Jahre Krisenintervention‘

am 30. September 2009“, berichtet Rotkreuz-Präsident Leo Pallwein-Prettner.

Hierfür sind folgende Proben vorgesehen:

Do, 17.09.2009 / 19:30 Uhr
Do, 24.09.2009 / 19:30 Uhr
Mi, 30.09.2009 / 15:00 Uhr



Info

Mag. Gertraud Pirklbauer
gertraud.pirklbauer@o.oteskruz.at

„Meine beste Entscheidung“

Berufsfindungspraktikum als Orientierungshilfe

Seit Jänner 2008 nahmen 19 junge Menschen die Möglichkeit eines Berufsfindungspraktikums beim OÖ Roten Kreuz wahr. Die Berufsausbildung zum Rettungs-sanitäter und „Schnupperdienste“ in anderen Leistungsbereichen ermöglichen es ihnen, ihre soziale Eignung zu testen und durch soziales Engagement die eigene Persönlichkeit zu entwickeln. Wir fragten bei der ersten Praktikantin, Frau Melanie Eder, nach, wie es ihr ergangen ist und wie es nun bei ihr weitergeht.

RKInside:

Was hat Sie motiviert, ein Jahr dem Roten Kreuz zu widmen, und welche Erfahrungen nehmen Sie mit?

Auf den Geschmack kam ich durch ein Praktikum als angehende DGKS. Noch während der nachfolgenden Rettungs-sanitäterausbildung bekam ich durch ein zufälliges Gespräch die Chance, mit meiner Berufsorientierung zu starten. Das Gefühl dazuzugehören und von der Mannschaft akzeptiert zu werden hat mich extrem angespornt. Man lernt hier wirklich fürs Leben: Teamgeist entwickeln, Umgang mit Schicksalen und Gemütszuständen. Dieses Jahr war meine Erfüllung!

RKInside:

Ihr Blick in die Rotkreuz-Zukunft?

Schön wäre eine berufliche Anstellung. Zurzeit absolviere ich zudem die Ausbildung zur Leitstellendisponentin. Freiwillig bleibe ich auf jeden Fall! Ich möchte mich beim Österreichischen Kreuz für diese Chance von Herzen bedanken!



Voraussetzungen für ein Berufsfindungspraktikum im OÖ Roten Kreuz

- ✦ **Alter: zwischen 17 und 25 Jahren**
- ✦ **Schriftliche Bewerbung**

Nach Zusage: Beginn der Rettungs-sanitäterausbildung und Schnupperdienste (monatliches Entgelt gemäß Kollektivvertrag; Geringfügigkeitsgrenze: € 357,- für das Jahr 2009)

! **Info**
 Mag. (FH) Maria Fuchsl
 maria.fuechsl@o.rotekreuz.at

Vertrauen hat einen Namen: Oberösterreichische Versicherung.



Oberösterreichische
 Versicherung AG

160 Jahre Rettungsdienst

Jubiläumsfestlichkeiten mit Blick in die Vergangenheit

Die Ortsstellen Bad Ischl und Peuerbach sind in Festtagsstimmung, denn gemeinsam blicken die beiden auf 160 Jahre Rettungsdienst zurück.

Vor rund 100 Jahren gründeten Ärzte und Mitglieder der Feuerwehr Bad Ischl eine eigenständige Rettungsabteilung. Nach dem Zweiten Weltkrieg wurde die Ischler Rettungsdienststelle zur Rotkreuz-Ortsstelle ernannt. Von nun an diente diese als offizielle Rettungsorganisation der Stadt Bad Ischl. Das Engagement der Gründungsväter hat sich bezahlt gemacht – 140 Mitarbeiter spenden heute pro Jahr 42.000 Stunden ihrer Zeit. Am 17. Mai 2009 wurde dieser Anlass mit einem Festtagsgottesdienst, anschließenden Schauübungen und Infoständen in Bad Ischl gefeiert.

Zwei Wochen zuvor beging die Ortsstelle Peuerbach ihre Feier zum 60-jährigen Bestehen, denn seit 1949 engagieren sich Freiwillige für die Grieskirchner Bevölkerung. Den feierlichen Rahmen bildete ein Festzug mit anschließendem Frühstück bei herrlichem Sonnenschein.



„Busunglück - was tun?“

Ein Übungsszenario rüstet Einsatzorganisationen für den Ernstfall

In Kremsmünster ereignet sich ein folgenschwerer Autobusunfall: Bei der Kollision eines Pkws mit einem voll besetzten Reisebus werden mehrere Menschen verletzt. Was in solch einem Fall zu tun ist, wissen die Einsatzkräfte des Roten Kreuzes, der örtlichen Feuerwehren und der Polizei Kremsmünster ganz genau.



Um dieses Wissen darüber hinaus zu trainieren und zu festigen, absolvierten 60 Rettungssanitäter, 76 Mitarbeiter der Freiwilligen Feuerwehren und die Polizei eine Großübung.

Nach entsprechender Absicherung des Schadensplatzes wurde unter der Leitung des Notarztes Dr. Sperl die Triage, die Bergung und die darauffolgende Versorgung der 40 beteiligten Figuranten geübt. Neben ersteintreffenden Rettungsmitteln war auch der Katastrophenhilfszug involviert.

Insgesamt beteiligten sich seitens des Roten Kreuzes vier Ortsstellen (Bad Hall, Kremsmünster, Neuhofen, Grieskirchen), ein Notarzteinsatzfahrzeug aus Wels, der Notarztwagen Kirchdorf, drei Beobachter und acht Mitarbeiter der realistischen Unfalldarstellung an dieser zweistündigen Übung.

Gesunde Ortsstelle

Bon appétit – Anregungen zum richtigen Ernährungsverhalten

Im Rahmen des Projektes „Gesunde Ortsstelle“ untersuchten Tamara Hinterkörner und Julia Mörtenböck das Ernährungsverhalten ihrer Kollegen an der Ortsstelle Perg. Mit einem theoretischen Exkurs in die Ernährungslehre, praktischen Kochtag, Rezeptheft und Ernährungskalender wurde den Mitarbeitern eine gesunde und ausgewogene Ernährung „schmackhaft“ gemacht.

„Die Gesundheit der Mitarbeiter einer Ortsstelle ist die Grundlage für erfolgreich geleistete Einsätze“, sind sich die beiden freiwilligen Mitarbeiterinnen und Schülerinnen der HLW Perg sicher. Zunächst wurde mittels eines Ernährungsfragebogens der Istzustand festgestellt. Ausgestattet mit Wissen über Lebensmittelgruppen, wertvollen Rezepten und „Gesunde Ortsstelle“-Schürzen ging's bei den Rotkreuzlern dann in der Küche praktisch ans Werk.



Wandernd zur Maiandacht

Traditionelle Fußwallfahrt von Ried nach Passau



Rieder Rotkreuzler legten 53,2 km zurück, um in Maria-hilf in Passau zur Maiandacht einzukehren. Geführt von „Wanderprofi“ Fredi Bernhofer, traten 20 Mitarbeiter nach zwölfstündigem Fußmarsch zufrieden die Heimreise an.

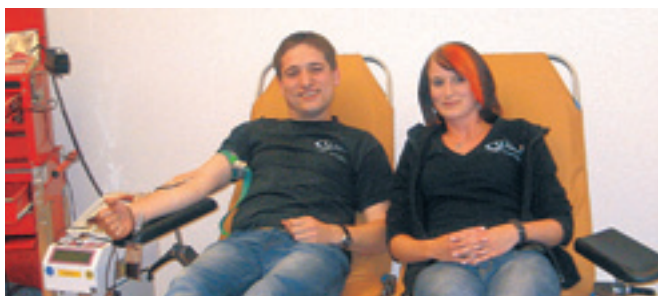
Perfekt für alle Wetterlagen ausgerüstet, mit gutem Schuhwerk bestückt, marschierten die „Uner-schrockenen“ bis zum frühen Morgen auf dem Radweg nach Schärding, wo die Bezirksstelle zu einer kleinen Stärkung einlud. Nach dieser kurzen Pause ging es am Inn entlang weiter nach Passau. Müde, jedoch erleichtert über den Triumph, wurde dort die Maiandacht abgehalten und im Anschluss die Heimreise angetreten.

„Topp, die Wette gilt“

Landjugend spendete 90 Liter Blut

Bereits 2008 galt: „Leben retten liegt uns im Blut!“, doch die diesjährige Follow-up-Veranstaltung mit der Landjugend in Andorf und Kopfing übertraf sämtliche Erwartungen. Unter dem Motto „Topp, die Wette gilt“ wurden 200 junge Erwachsene erfolgreich zum Blut-spenden motiviert.

„Je nach Bezirk setzt die oberösterreichische Landjugend unterschiedliche ‚Aktivitätsschwerpunkte‘ – unsere Landjugend übernimmt mit der Blutspendeaktion neben den Schulen eine klare Vorreiterrolle und ist mit viel Engagement bei der Sache. Ziel dieser Aktionen ist es, möglichst viele Erst-



spender anzusprechen und Stammspender zu gewinnen. Heuer waren es dreimal so viele Personen wie im Vorjahr, die dem Aufruf der Landjugend gefolgt sind“, zeigt sich Andrea Bauschmied, Bezirksgeschäftsleiterin in Schärding, stolz und bedankt sich herzlich für diese Einsatzbereitschaft.

Weltrotkreuztag 2009

Am 8. Mai feiert das Rote Kreuz jährlich den Weltrotkreuztag. Das Motto in diesem Jahr lautete „150 Jahre Rotes Kreuz – 150 Jahre Menschlichkeit“.

„Ich bin davon überzeugt, es ist der Idealismus eines jeden Einzelnen, der dazu beiträgt, dass die Idee des Roten Kreuzes bis heute tief verwurzelt ist: Unsere Mitarbeiter setzen sich für andere ein und sie alle tun es – damals wie heute – ‚Aus Liebe zum Menschen‘. Dafür möchte ich mich bei allen Verantwortlichen bedanken!“, so Rotkreuz-Präsident Leo Pallwein-Prettner. Ein herzliches Dankeschön gilt den beiden Sponsoren des Abends, der Energie AG OÖ sowie der Sparkasse OÖ.



Buchpräsentation: Das Rote Kreuz

Kürzlich gewährte Autor Robert Dempfer, Mitarbeiter des Österreichischen Roten Kreuzes, Einblicke in sein eben erst erschienenes Buch „Das Rote Kreuz: Von Helden im Rampenlicht und diskreten Helfern“.

Anlässlich des 150. Geburtstages des Roten Kreuzes ist die Idee für die „Biografie“ der ältesten Hilfsorganisation der Welt entstanden. Der Autor spannte in seiner Lesung den Bogen von Rotkreuz-Gründer Henry Dunant bis zum weltretenden Rockstar Bono Vox, ließ aber auch unbekannte Rotkreuz-Helfer zu Wort kommen: „Für mich sind die stillen Helfer die eigentlichen Helden! Es sind die Hunderttausenden, die Tag für Tag, viele freiwillig und in ihrer Freizeit, im Roten Kreuz mitarbeiten. Auch bei uns in Österreich“, so der 42-jährige Journalist und Leiter der Abteilung für Gesellschaftspolitik beim Österreichischen Roten Kreuz.



BUCHTIPP

Das Rote Kreuz. Von Helden im Rampenlicht und diskreten Helfern. Robert Dempfer. Deuticke Verlag 2009. PREIS € 20,50. Erhältlich im Buchhandel.



Rieder krepeln Ärmel hoch

Knapp 228 Menschen fassten sich am 11. und 12. Mai im Rieder „Fill Metallbau Stadion“ ein Herz und spendeten ihren wertvollen Lebenssaft. Dabei flossen in den VIP-Räumlichkeiten mehr als 110 Liter Blut.

Über 76.000 jährlich benötigte Blutkonserven waren für die OÖ Nachrichten und den SV Josko Fenster Ried Anlass, gemeinsam mit dem Roten Kreuz zu Oberösterreichs größter Blutspendeaktion aufzurufen. Dabei hatten die Spender die Möglichkeit, die Rieder Profi-Kicker, allen voran Oliver Glasner oder Herwig Drechsel, persönlich kennenzulernen und Stadionluft zu schnuppen.



Landessekretariat

Mitarbeiter-Sommerfest

Wann: 17. Juli 2009, 17:00 Uhr

Wo: KHD-Halle,
Linz-Wegscheid, Melissenweg



10 Jahre Krisenintervention

Wann: 30. September 2009, 17:00 Uhr

Wo: Redoutensäle Linz



Integrative Kinderferienwoche

sponsored by Oberösterreichische Versicherung AG

Wann: 22. bis 28. August 2009, 12:00 Uhr

Wo: Jugendrotkreuz-Haus Litzlberg



Eferding

Sanitätshilfebewerb in Bronze

Wann: 5. September 2009

Wo: Eferding

Gmunden

Bundesbewerb für Sanitätshilfe

Wann: 26. - 27. Juni 2009

Wo: Gmunden

Info: www.bundesbewerb.at



Charity-Golfturnier

Wann: 12. September 2009, 10:30 Uhr

Wo: Golfclub Linz-St. Florian



Perg

Sanitätshilfebewerb in Silber/Gold

Wann: 3. Oktober 2009

Wo: St. Georgen/Gusen

Fit nach dem Marathon

Dehnen als Abkühlprogramm nach sportlicher Betätigung

Vielleicht haben Sie gerade Ihren persönlichen Laufrekord hinter sich gebracht oder durch das Lauffieber 14.000 Sportbegeisterter Ihre Sportkarriere begonnen? Egal in welchem Stadium Sie sich befinden, das richtige „Dehnungsprogramm“ sollte in jedem Fall einen eigenständigen Programmpunkt in Ihrem Bewegungsablauf einnehmen. Nur so können Sie gegen Verspannungen bzw. Verhärtungen effektiv vorbeugen. Worauf es beim Dehnen ankommt, erklärt Laufexperte Andreas Koller.



Wadenmuskulatur

Halten Sie den Oberkörper aufrecht und nehmen Sie Schrittstellung ein. Nun verlagern Sie das Gewicht auf das vordere Bein, das hintere Bein bleibt gestreckt und die Ferse auf dem Boden. Dann das hintere Bein im Kniegelenk so weit beugen, dass die Ferse gerade noch den Boden berührt.

Vordere Oberschenkelmuskulatur

Im aufrechten Stand umfassen Sie mit einer Hand ein Fußgelenk und ziehen es vorsichtig in Richtung Gesäß. Die Oberschenkel sollen parallel bleiben, Gesäßmuskeln anspannen. Nicht ins Hohlkreuz ziehen!



Hintere Oberschenkelmuskulatur

In Schrittstellung „setzen“ Sie sich leicht nach hinten ab, das vordere Bein bleibt dabei gestreckt, das hintere wird gebeugt. Nun bringen Sie Ihren Oberkörper mit geradem Rücken nach vorne.



Hüftbeugemuskulatur

Machen Sie einen langen Ausfallschritt. Schieben Sie die Hüfte nach vorne unten. Der Rücken bleibt gerade. Strecken Sie nun das hintere Bein langsam im Hüftgelenk, ohne mit der Hüfte auszuweichen.



Innere Oberschenkelmuskulatur

In Grätschstellung mit aufrechtem Oberkörper, Füße parallel, verlagern Sie das Gewicht auf ein Bein und beugen Sie dasselbe. Das gestreckte Bein behält vollständig Bodenkontakt.



Info

Andreas Koller
Betriebsmedizin
voest Alpine Stahl GmbH
andreas.koller@voestalpine.com

Bitte beachten:

- + Die Übungen nach der Abkühlphase oder als eigener Wochenprogrammpunkt.
- + Sinnvoll ist es, eine Reihenfolge einzuhalten – von oben nach unten oder umgekehrt.
- + Während der Dehnung ruhig und gleichmäßig weiteratmen.
- + Halten Sie die Dehnung für fünf bis acht Atemzüge (nicht wippen), ohne Schmerzen auszulösen.

Unterwegs mit Andreas Turner

Freiwilliger Mitarbeiter der Rettungsleitzentrale

Der 32-jährige Linzer Andreas Turner, seit 13 Jahren im Roten Kreuz aktiv, hat mit seiner freiwilligen Tätigkeit in der Linzer Rettungsleitzentrale eine besondere Herausforderung gefunden.

„In meiner RKT-Gruppe waren einige Leute auch in der Rettungsleitzentrale freiwillig aktiv und haben mir immer wieder vorgeschwärmt, wie spannend diese Tätigkeit sei. Somit wurde mein Interesse geweckt. Seit Anfang 2000 bin ich jetzt selbst freiwillig in der Rettungsleitzentrale dabei.“

Irgendwie ist es ‚mehr‘ als der Fahrdienst, es ermöglicht einem den Blick auf das ‚große Ganze!‘, versucht der Softwareentwickler weitere Kollegen aus dem Rettungsdienst für eine freiwillige Mitarbeit in der Leitzentrale bzw. an den Leitstellen zu begeistern.

Rettungsleitzentrale sucht Freiwillige!

Voraussetzungen für eine freiwillige Tätigkeit als Leitstellendisponent:

- + **Rettungsanwärtäerausbildung**
- + **Längere Praxis im RKT-Dienst**
- + **Gute EDV-Kenntnisse**
- + **Gruppenkommandant**
- + **Teamfähigkeit**
- + **Sehr gutes Gesamtwissen über das Rote Kreuz**

Info

Herbert Wohlfart
0732 76 44-133
herbert.wohlfart@o.rotekreuz.at

„Die Arbeit ist äußerst abwechslungsreich und verlangt viel Feinfühligkeit und Einfühlungsvermögen.“



Andreas Turner beginnt seinen freiwilligen Dienst in der Rettungsleitzentrale um 18:45 Uhr.

Zu den vielen verantwortungsvollen Aufgaben zählen die Entgegennahme der Notrufe und die Disposition der Rettungsmittel.

Um entsprechende Tätigkeiten zu koordinieren, ist es oft wichtig, sich mithilfe von Landkarten einen Überblick über geografische Gegebenheiten vom Ort des Geschehens zu verschaffen.

Gewinnspiel



Osterreichische Post AG/Sponsoring-Post/P.b.b.

Sie möchten den Sommer für Ihre wohlverdiente Ruhepause nutzen – dann lassen Sie sich im Hotel & Spa „Lebensquell“ in Bad Zell so richtig verwöhnen. Einfach mitspielen und gewinnen!

Gewinnfrage:

„Wie viel Prozent unserer Freiwilligen haben den Weg ins Rote Kreuz durch eine direkte Ansprache von Freunden, Bekannten oder Arbeitskollegen gefunden?“

(Auf der Seite 4 von RKInside werden Sie fündig.)

Gewinnspiel „ÖBB“ Ausgabe 01/09

Die richtige Antwort des „ÖBB-Gewinnspiels“ lautete:

„Wir haben die passende Jacke für Dich!“

Die Gewinner

Reisegutschein für 2 Personen nach Wien

Andrea Stolz, Bad Ischl

Gutschein für eine Bahnfahrt

Ilse Buchegger, Saxen

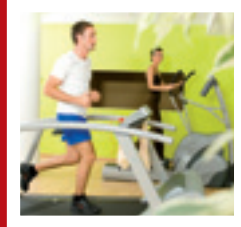
Gutschein für eine ÖBB VORTEILScard

Ing. Markus Leibetseder, Leonding

Herzlichen Glückwunsch!



3 Urlaubstage für zwei Personen inkl. Lebensquell-Genusspaket



1 All-inclusive-Tag für zwei Personen



1 Tageseintritt für zwei Personen (Wasser- und Saunaose)

Bitte schicken bzw. mailen Sie die richtige Antwort unter dem Kennwort „Lebensquell-Gewinnspiel“ an: ÖÖ Rotes Kreuz, z. H. Mag. (FH) Nina Panholzer, Körnerstraße 28, 4020 Linz, redaktion@o.rotekreuz.at

Lösung: _____

Name: _____

Adresse: _____

Telefonnummer: _____

Einsendeschluss: 31. Juli 2009, der Rechtsweg ist ausgeschlossen.
Die Gewinne können nicht in bar abgelöst werden.



Durch Ruhe und Erholung finden Sie im ****Hotel Lebensquell zu neuer Kraft.

Zeit für meine Gesundheit!

Nur 25 Autominuten von Linz entfernt, vereint das Hotel Lebensquell Bad Zell in einer einzigartigen Kombination, den Komfort eines 4-Sterne-Hotels mit Wohlfühlangeboten und einem medizinischen Kompetenzzentrum.

Prävention auf dem Vormarsch

Der Kranke soll gesund werden – der

Gesunde soll gesund bleiben. Der Lebensquell Bad Zell steht für Lebensqualität und persönliches Wohlfühlen. Die Anforderungen des Alltages beanspruchen Körper und Geist in hohem Ausmaß. Durch persönliche Auszeit und Rückbesinnung „Bewusst für mich“ können wir dem entgegenwirken. Genießen Sie ein Stück Natürlichkeit, abseits der Hektik.

**Unser Tipp:
„Sommertraum“
im Lebensquell**

3 Urlaubstage / 2 Nächte im exklusiven Doppelzimmer, **inklusive Lebensquell - Genusspaket** sowie **- 1 Zuckerkrystall-Peeling**

Angebot gültig von 21.06 bis 23.09.09

**nur € 219,-
pro Person im DZ**



Info und Buchung:

Hotel & Spa Lebensquell Bad Zell
Lebensquellplatz 1
4283 Bad Zell

Tel.: +43 / (0)7263 / 7515-501
Fax: +43 / (0)7263 / 7515-509
office.hotel@lebensquell-badzell.at
www.lebensquell-badzell.at

****HOTEL & SPA
LEBENSQUELL
BAD ZELL