

Jetzt zum Roten Kreuz

Geschenkidee Erste Hilfe-Kurs

Event-Geschenke sind „in“, aber müssen es immer Konzertkarten sein oder ein Städtetrip? Natürlich soll es Spaß machen. Doch Sie schlagen zwei Fliegen mit einer Klappe, wenn Ihr Geschenk auch von Nutzen ist.

Schenken Sie zum Beispiel Ihren Kindern oder Enkeln den obligatorischen Erste Hilfe-Kurs zur Fahrschule bei Ihrem BRK-Kreisverband Hof. Immer öfter besuchen auch junge Eltern unsere Kurse für Erste Hilfe bei Babys oder Kleinkindern, um sich auf Notfallsituationen vorzubereiten.

Und Sie selbst? Können Sie noch die stabile Seitenlage? Im Zweifelsfall kom-

men Sie einfach alleine oder mit einem Verwandten oder Bekannten zum Auffrischungskurs. Stellen Sie sich einmal vor, wie beruhigend es sein kann, fit in Erster Hilfe zu sein.

Sollten Sie Interesse an unserem Geschenkvorschlagn haben, können Sie sich gerne an uns wenden. Mögliche Kursangebote finden Sie auf unserer Homepage. Geschenkgutscheine können bei uns käuflich erworben werden.

Ihr Ansprechpartner:

Andreas Walter
Tel.: 09281 6293-27
andreas.walter@kvhof.brk.de



Schon gewusst?
Unsere Rotkreuzkurse sind alle zertifiziert nach DIN ISO 9001.

Spenden und registrieren

Wie Blutspender auch Stammzellspender werden können

Was hat eine Stammzellspende mit einer Blutspende zu tun? Ganz einfach, denn jeder Leukämie-Patient, der eine Stammzellspende erhält, braucht in diesem Zusammenhang auch Blutkonserven. Was liegt also näher, als aus Blutspendern vielleicht auch Stammzellspender zu machen?

Und so entstand bereits vor einigen Jahren eine Kooperation zwischen dem Blutspendedienst des Bayerischen Roten Kreuzes (BSD) und der Stiftung Aktion Knochenmarkspende Bayern (AKB). Beide Organisationen unterstützen sich in enger Kooperation gegenseitig bei der Suche nach Spendern. So kann sich jeder bayernweit bei einer Blutspende des BSD als Stammzellspender registrieren lassen. Dazu



genügt ein Hinweis bei der Anmeldung zur Blutspende. Während der Spende wird ohne zusätzlichen Piks ein weiteres Röhrchen Blut abgenommen, das für die Typisierung nötig ist. Wer einmal registriert wurde, befindet sich in einer weltweiten Datenbank, auf die alle Suchzentren Zugriff haben.

Alle Blutspendetermine im Landkreis Hof, bei denen immer auch eine Registrierung bei der AKB möglich ist, sind zu finden unter www.blutspendedienst.com.

Mehr Infos:

Tobias Pastor
Tel.: 09281 6293-17
pastor@kvhof.brk.de



Im Notfall richtig handeln

Bei Hexenschuss hilft Wärme

„Au weia!“ Wie ein Blitz fährt manchem besonders in der kälteren Jahreszeit beim Heben oder Aufrichten ein stechender Schmerz in den unteren Rücken und blockiert die Lendenmuskeln. Nichts geht mehr – Diagnose: Hexenschuss. Gegen die heftigen, aber in der Regel harmlosen Schmerzen empfehlen Rückenexperten drei Sofortmaßnahmen:

1. Stufenlagerung
Für etwa zehn Minuten flach auf den Rücken legen und die Unterschenkel im rechten Winkel auf einem Stuhl oder Hocker lagern. Entspannt!

2. Wärme
Kirschkernkissen, Rotlicht, Wärmflasche oder spezielle Wärmepflaster sorgen für bessere Durchblutung der Rückenmuskeln. Lindert die Schmerzen.

3. Bewegen
Spazieren gehen oder leichte Dehnübungen (in warmem Wasser) lassen die Schmerzen schneller wieder verschwinden.

Auch schmerzstillende Medikamente helfen, sollten jedoch nicht über längere Zeit eingenommen werden. Am besten Sie fragen Ihren Arzt oder Apotheker.



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:
Birgit Mlynsek
Verantwortlich:
Stefan Kögler
(Geschäftsführer)
Gestaltung/Druck:
Ricoh Deutschland GmbH
Georg-Kohl-Str. 42, 74336 Brackenheim
Auflage: 6.500

Spendenkonto:
IBAN: DE26 7806 0896 0000 0165 00
BIC: GENODEF1HO1

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.

Titelbild: Konstantin Yuganov/stock.adobe.com, Jörg F. Müller/DRK, Brigitte Hiss/DRK, BRK-Kreisverband Hof, BRK



Kreisverband Hof

Ausgabe November 2020



Frohe Adventszeit

Unsere Themen

- Eröffnung Neubau BRKcasa Montessori
- Was macht die Hauskrankenpflege?
- Geschenkidee Erste Hilfe-Kurs
- Blutspende mit Stammzellregistrierung

Sehr geehrte Damen und Herren,

bald geht ein außergewöhnliches Jahr seinem Ende zu. Ein Jahr, das unsere gesamten Lebensumstände so grundlegend verändert hat wie nur wenige davor. Und in dem unsere Rot-Kreuz-Familie große Herausforderungen meistern mussten.

Letztlich freuen wir uns sicherlich alle, dass so viele gesund geblieben sind oder nur leicht erkrankt waren. Lassen Sie uns jetzt nach vorne schauen und uns den Aufgaben widmen, die das neue Jahr für Sie und für uns Rotkreuzler im Kreisverband Hof bereithält. Auch zukünftig sind wir mit aller Kraft für die Menschen in unserer Region da.

Aber vorher wollen wir Weihnachten feiern, ein Fest der Gemeinschaft. Dazu wünsche ich Ihnen eine besinnliche Zeit und einen Start voller Hoffnung in ein gutes neues Jahr 2021.

Ihr

Alexander Eberl
BRK-Kreisvorsitzender



Alexander Eberl
BRK-Kreisvorsitzender



Feierliche Einweihung

Kindertagesstätte BRKcasa Montessori offiziell eröffnet

Mit einem Festakt wurde am 26. September 2020 der Ersatzneubau der integrativen Kindertagesstätte BRKcasa Montessori in der Ossecker Straße 3 in Hof feierlich eingeweiht.

15 Monaten Bauzeit ein dreigeschossiges Gebäude mit einer Grundfläche von 850 m².

Drei Kindergartengruppen, zwei Krippengruppen, eine Mensa mit täglich frisch gekochtem Essen, ein Mehrzweckraum, Fach- und Therapieräume und eine Tiefgarage teilen sich auf die Etagen auf. Insgesamt können 85 Kinder betreut werden, davon stehen 18 integrative Plätze speziell für Kinder mit körperlichen oder geistigen Einschränkungen zur Verfügung. Ein Aufzug verbindet alle drei Ebenen im Inneren und auch von außen sind alle Zugänge barrierefrei.

Als die Idee aufkam, auf dem seit 40 Jahren un bebauten Grundstück eine Kindertagesstätte zu errichten, war die Skepsis vielerorts groß. Einerseits entsprachen die Lage in der Nähe der Innenstadt und die Größe der Fläche genau den Vorstellungen von Architekt und Bauherr. Andererseits erschwerten große Höhenunterschiede die Planung einer barrierefreien Einrichtung. Genau diese Herausforderung motivierte das Planungsteam. Und so entstand in nur



Rappelkiste ist umgezogen

Zweigstelle der Rappelkiste im Kreisverband



Seit Mai dieses Jahres finden Sie unseren Kinderladen "Rappelkiste" an zwei Standorten in Hof. Im Kleiderladen am Jaspisstein 17 bieten wir ein kleines Sortiment an Kleidung, Spielsachen und Büchern an. Größere Artikel, wie z. B. Kinderwagen, Kindersitze oder auch Betten, finden Sie neben Kleidung, Schuhen und Spielsachen in der neuen Zweigstelle im Gebäude des BRK-Kreisverbandes, die über den Innenhof zu erreichen ist.

Bitte beachten Sie die unterschiedlichen Öffnungszeiten der beiden Läden:

Kleiderladen mit Rappelkiste:
Dienstag - Freitag 10 bis 17:30 Uhr
Samstag 10 bis 12 Uhr

Rappelkiste im Kreisverband:
Mittwoch + Donnerstag 11 bis 16 Uhr

Ihre Ansprechpartnerin:
Kirstin Weber
Tel.: 09281 6293-18
weber@kvhof.brk.de



Herzlich willkommen!

Neuer Mitarbeiter für Hausnotruf und Servicestelle Ehrenamt



Tobias Pastor ist seit September 2020 unser neuer Mitarbeiter in der Verwaltung des Kreisverbandes. Als Ansprechpartner für den Bereich Hausnotruf kümmert er sich um Kundenanfragen und koordiniert Termine zur Aufstellung von Neugeräten.

Ihr Ansprechpartner:
Tobias Pastor
Tel.: 09281 6293-17
pastor@kvhof.brk.de

Zudem besetzt er die Servicestelle Ehrenamt und ist somit zuständig für Fragen rund ums Ehrenamt beim BRK Hof. Wenn Sie sich engagieren möchten, melden Sie sich bei Herrn Pastor. Wir haben für fast jedes Lebensalter und fast jeden Interessensbereich interessante Einsatzmöglichkeiten.



Hilfe auf vier Rädern



Ambulante Hauskrankenpflege



Was macht eigentlich die BRK-Hauskrankenpflege?

Die Aufgabe unserer Pflegekräfte im BRK-Kreisverband Hof ist es, die Selbständigkeit unserer Patienten trotz Alter, Krankheit oder Behinderung so lange wie möglich zu erhalten. Oft kann dank der häuslichen Pflege eine Heimerbringung oder ein Krankenhausaufenthalt verkürzt oder ganz vermieden werden. Je nach dem individuellen Hilfe- und Pflegebedarf bietet unser ambulanter Dienst sowohl körperbezogene Pflegemaßnahmen als auch Behandlungspflege an.

Wer kann ambulante Pflege in Anspruch nehmen?

- chronisch Kranke
- kurzzeitig Erkrankte
- behinderte Menschen
- pflegebedürftige Menschen jeden Alters
- Personen, die ein ärztliches Rezept zur häuslichen Pflegen haben

Wobei kann der ambulante Pflegedienst unterstützen?

- Körperbezogene Pflegemaßnahmen, wie z. B. Hilfe bei der Körperpflege oder beim An- und Ausziehen
- Leistungen der häuslichen Krankenpflege, wie z. B. Verbandswechsel oder Medikamentengabe
- Beratung von Pflegebedürftigen und Angehörigen
- Hauswirtschaftliche Versorgung wie Einkaufen, Kochen oder Reinigen der Wohnung
- Betreuung und Hilfe bei der Alltagsgestaltung

Rufen Sie uns an, wenn Sie oder ein Angehöriger unsere Hilfe benötigen!

Ihre Ansprechpartnerin:
Melanie Schödel-Greim
Tel.: 09281 6293-14
schoedel-greim@kvhof.brk.de