



## Neue Wege für das JRK // kreative Toolbox

- denn das JRK ist nicht abgesagt -

Was bleibt, wenn die Gruppenabende und das Vereinsleben ausgesetzt werden?

Wie es auf manchen Social Media-Kanälen so schön hieß: „Gespräche sind nicht abgesagt. Beziehungen sind nicht abgesagt. Liebe ist nicht abgesagt. Songs sind nicht abgesagt. Lesen ist nicht abgesagt. Selbstfürsorge ist nicht abgesagt. Hoffnung ist nicht abgesagt.“

So ist auch das JRK nicht abgesagt!

Es braucht nur neue Wege und die möchten wir gemeinsam mit euch finden.

Überlegt euch in euren JRK-Gruppen wie ihr weiter in Verbindung sein und wirken könnt.

Ob ihr euch über Skype seht, zu Brieffreunden werdet oder täglich telefoniert. Ob ihr miteinander die besten Brettspielideen, Bewegungsspiele im Garten, Bastelideen oder Nachbarschaftshilfen austauscht. Ob ihr anfangt eure Zimmer großflächig aufzuräumen, euch eine Fremdsprache, das Zeichnen oder einen Tanz beibringt.

Sendet uns eure Ideen und best practices zu, damit wir sie allen im Landesverband als kreative Toolbox bereitstellen können!

Es gibt neue Wege und gemeinsam gehen wir sie!

# Neue Wege für das JRK // kreative Toolbox

## Gesammelte Ideen der KW 24

### Kreativ

Der LV Baden-Württemberg hat die **JRK-Heldentasche** an die JRK-Gruppen und Kreisverbände verteilt. In der Tasche für geflüchtete Kinder aus der Ukraine sind JRK-Gegenstände zur Unterstützung der Kreativität, aber auch der JRK-Trostbär enthalten. Kreative Ideen zu der Tasche kamen auf. Eine Gruppe hat an den beigelegten Flyer einen QR-Code angeheftet. Dieser führt zur JRK-Homepage ([www.jrk-bw.de](http://www.jrk-bw.de)) und weist auf die Toolbox hin. Andere haben Inhalte der Toolbox in die Tasche gelegt. Weitere haben ihre JRK-Heldentasche mit ihrer Heldentasche kombiniert.

### Veranstaltung

Die Akademie der Jugendarbeit bietet am 27. und 28. Juni, jeweils von 9.30 bis 17 Uhr die Fortbildung „**Wirksam Führen: (Neu-)Ankommen in der Leitung**“ in Stuttgart an. Referentin Simone Liedtke greift Inhalte auf wie Klärung und Reflexion der eigenen Führungsrolle und Situation; Selbstverständnis von Führung, Aufgaben und Herausforderungen meistern als Führungs- und Leitungskraft; Umgang mit Leistungs- und Erwartungsdruck sowie Methoden und Werkzeuge zu Praxisfragen gelingender Führung. Weitere Informationen:

- <https://bit.ly/39hMaXI>

### Erste Hilfe

Ihr wollt eurer JRK-Gruppe einen Höhepunkt bieten, dann behandelt doch das Thema **(Insekten-) Stiche und thermische Notfälle**, verbunden mit Eisessen gehen. Zuerst werden die Inhalte vermittelt. Als Belohnung bekommen alle JRKler/innen ein Eis oder geht zur Eisdiele um die Ecke. Weitere Informationen findet ihr in dieser Toolbox.

Das **Erste-Hilfe-Heft** für JRK-Mitglieder ist eine tolle Möglichkeit, Inhalte festzuhalten. Der/die Gruppenleiter/innen kann/können dafür Hefte kaufen, in das jedes JRK-Mitglied Übungsblätter aus den Gruppenstunden hineinkleben kann. Oder ein Schnellhefter wird jedem Mitglied zur Verfügung gestellt. Inhalte, beispielsweise aus der Toolbox, können gesammelt und auch von den Kindern und Jugendlichen zuhause nochmals durchgearbeitet werden. Auch können JRK-Inhalte wie aus „112 – Jeder kann ein Helfer sein!“ eingepflegt werden. Ideen findet ihr in dieser Toolbox:

- <https://bit.ly/3NuqtIK>

„**Die Welt ist eine Insta-Story**“ heißt es bei der Fortbildung am 11. Juli, ab 9.30 Uhr im Jugendhaus in Biberach. Referentin Kimberly Alder gibt im Workshop Einblicke in die Welt von Instagram, TikTok und mehr. Zudem zeigt sie den Bezug, den Kinder und Jugendliche dazu haben, auf. Im Rahmen des Workshops werden die Teilnehmer eigene Reisen durch die Social-Media-Welt unternehmen. Mehr dazu:

- <https://bit.ly/3aCL0Gg>



# Neue Wege für das JRK // kreative Toolbox

## Gesammelte Ideen der KW 24

### Veranstaltung

Der eintägige, interaktive **Online-Workshop "Digitale Ökosysteme"** findet am Donnerstag, 23. Juni, von 9 bis 17 Uhr statt. Eines der wichtigsten Bausteine im Zuge der zunehmenden digitalen Herausforderungen in der Jugendarbeit ist das Verstehen der digitalen Lebenswelten von Kindern und Jugendlichen. Diese eigens gebildeten "digitalen Ökosysteme" sind für viele Fachkräfte schwer bzw. nicht immer greifbar. Was machen Jugendliche im Netz wirklich? Was ist ihnen wichtig? Auf welche Herausforderungen treffen sie? Solche und weitere Fragen werden in diesem Workshop behandelt. Anmeldungen sind per E-Mail mögliche an:

- [c.licht@starkmacher.eu](mailto:c.licht@starkmacher.eu)

Das JRK-Team im Landesverband Baden-Württemberg bietet wieder **einige Veranstaltungen** an. Informationen zu den SSD-Terminen über Gruppenleiterlehrgänge bis hin zu weiteren Fortbildungen finden sich hier:

- [www.jrk-bw.de](http://www.jrk-bw.de)

Oder über den QR-Code:



### Veranstaltung

Die IDA bietet am Dienstag, 14. Juni, von 13.30 bis 16.30 Uhr einen Online-Workshop an. Das Thema ist „**Verschwörungsmythen: psychologische Hintergründe, Verbreitung und Gesprächsstrategien**“ und wird via Zoom vermittelt. Die Anmeldung kann bis Montag, 13. Juni, um 12 Uhr hier erfolgen:

- <https://bit.ly/3tcE5u6>

Wer mit geflüchteten Jugendlichen arbeitet, erfährt am 25. Juni, von 10 bis 16 Uhr bei der Landesjugendring-Veranstaltung mehr. Unter dem Motto „**Jugendarbeit für alle?! – Vielfältig gestalten**“ wird in Stuttgart ein umfangreiches Programm angeboten:

- <https://bit.ly/3tcEyfQ>

### Bestimmt fällt euch noch mehr ein!

Sendet uns eure Ideen und best practices aus eurer (virtuellen) Gruppenstunde zu!

Wir sammeln sie und bereiten sie auf, damit ihr neue Ideen und Anregungen für ein buntes JRK-Leben habt! Wir freuen uns auf eure Einsendungen an [a.feinler@drk-bw.de](mailto:a.feinler@drk-bw.de)!

Euer JRK-Team



# (Insekten-) Stiche:

Notfall-Tipps bei Insektenstichen:

- Bei einem Stich im Mund und im Rachen können Schleimhäute und Zunge anschwellen. Atemwege verengen oder verschließen sich ganz. Wählt die „112“ und kühlst von innen und von außen. Lasst die Person Eiswürfel oder Speiseeis lutschen (wenn die Person schlucken kann). Kühlst den Hals mit kalten Umschlägen oder Kühlelementen (nicht direkt auf die Haut). Keine Salben und Cremes. Speichel oder Zitronensaft haben eine kühlende und antiseptische Wirkung.
- Bei einer Insektengift-Allergie können Gifte von allen Insekten einen allergischen Schock auslösen.  
Merkmale:
  - schnell auftretenden großen Hautschwellungen
  - Zungenbrennen
  - Juckreiz
  - Atemnot
  - Kopfschmerzen
  - Schwindel
  - Herzrasen
- Angst sowie Erbrechen oder Bewusstlosigkeit

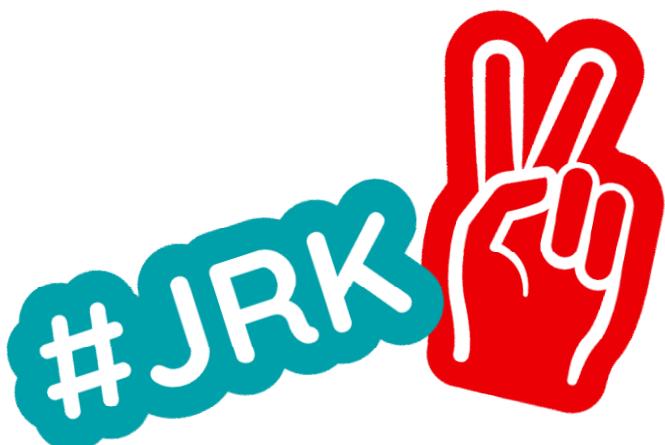
Sofort 112 wählen und Person mit erhöhten Beinen lagern, beruhigen und beobachten.

Bei Bewusstlosigkeit: Stabile Seitenlage

Keine „normale Atmung“ mehr: Herz-Lungen-Wiederbelebung

## Hintergrund-Informationen:

Insekten stechen bei einem Angriff auf ihr Nest, wenn sie in Armbeuge, Hosenbein oder Kniekehle eingeklemmt sind oder in die Kleidung geraten, also nicht hektisch reagieren. Motorradfahrer sollten Handschuhe tragen und mit geschlossenem Visier fahren. Laufen Sie nicht barfuß. Getränke und Nahrung im Freien immer abdecken, Insektengift-Allergiker sollten jederzeit ein Notfallset bei sich haben"





# Thermische Notfälle: Erfrierung:

Bei Erfrierungen handelt es sich um örtliche Gewebeschäden, die durch anhaltende Kälteeinwirkungen (meist in Zusammenarbeit mit Feuchtigkeit und Wind) entstehen. Es kommt zu einer Mangeldurchblutung des Gewebes. Das Gewebe wird geschädigt oder stirbt sogar ab.

## Erfrierungen erkennt man an folgenden Symptomen:

- Gefühllosigkeit/Taubheitsgefühl in den betroffenen Körperteilen
- Betroffene Körperteile (häufiger Finger, Zehen, Nase, Ohren und Wangen) sind bläulich-rot, später weiß-gelb oder weiß-grau
- Gefühl des zu kleinen Schuhwerks
- Betroffene Körperteile sind kalt, zunächst weich und schmerhaft, später hart und gefühllos
- Gelegentlich blaurote Flecken
- Später kommt es zu Blasenbildung
- Maßnahmen

Notruf 112 tätigen.

Schutzhandschuhe anziehen.

Erfrorrene Körperregionen nicht bewegen.

Eng anliegende Kleider und Schuhwerk öffnen.

Durch Körperwärme des Helfers eine Erwärmung versuchen (jedoch nicht bei hart gefrorenen Körperteilen).

Betroffenen auffordern, Gliedmaßen zu bewegen; passive Bewegung durch Dritte muss unterbleiben.

KEINE aktive Wärme (z. B. durch Reiben oder Wärmflasche) zuführen.

Erfrorrene Körperteile möglichst locker mit keimfreiem Material bedecken (z. B. Verbandtuch).

Erneute Kälteeinwirkung vermeiden.

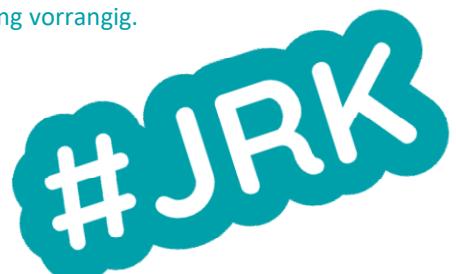
Warme, gezuckerte Getränke zu trinken geben.

Keinen Alkohol!

Blasen nicht öffnen, keimfreie Bedeckung, dabei Druck vermeiden.

Bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes beruhigen, betreuen, trösten und beobachten.

Liegt gleichzeitig mit der Erfrierung eine Unterkühlung vor, ist die Behebung der Unterkühlung vorrangig.



# Unterkühlung:

Zu einer Unterkühlung kommt es, wenn die Wärmeabgabe des Körpers über einen anhaltenden Zeitraum größer ist als die Wärmeproduktion. Die Unterkühlung wird in zwei Stadien/Schweregrade unterteilt.

**Eine Unterkühlung im Stadium I erkennt man in kurzer Zeit an folgenden Symptomen:**

Kältezittern

Atmung und Kreislauf sind gesteigert

Betroffener ist bei Bewusstsein erregt, später ruhiger

**Maßnahmen**

Notruf 112.

Schutzhandschuhe anziehen.

Betroffenen an einen warmen Ort bringen und langsam aufwärmen.

Nasse, kalte Kleidung entfernen und Körper in warme (Rettungs-)Decken wickeln, weitere

Kälteeinwirkung vermeiden.

KEINE aktive Wärme z. B. durch Reiben oder Wärmflasche) zuführen.

Wenn Betroffener bei Bewusstsein ist, warme, gut gezuckerte Getränke wie z. B. Tee verabreichen, jedoch keine alkoholischen Getränke!

Betroffenen bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes beruhigen, betreuen, trösten und beobachten

(möglichst auch Körpertemperatur).

**Eine Unterkühlung im Stadium II ist an folgenden Symptomen erkennbar:**

Atmung verlangsamt sich.

Muskelstarre tritt ein.

Das Schmerzempfinden lässt nach.

Zunehmende Müdigkeit, Bewusstlosigkeit.

**Maßnahmen**

Notruf 112.

KEINE Aufwärmversuche mehr unternehmen.

KEINE aktive Wärme (z. B. durch Reiben oder Wärmflasche) zuführen.

Bei Bewusstlosigkeit und vorhandener Atmung laut „Hilfe“ rufen, um Umstehende auf die Notfallsituation aufmerksam zu machen.

**Stabile Seitenlage.**

Betroffenen zudecken, beruhigen, betreuen, trösten und beobachten, wiederholt Bewusstsein und Atmung prüfen.

Bei vorhandener Bewusstlosigkeit und fehlender normaler Atmung Herz-Lungen-Wiederbelebung.

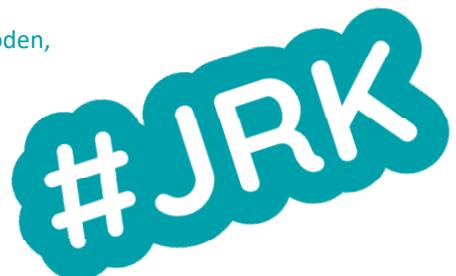
**Decke unterlegen/Zudecken eines Betroffenen**

Ein Unfall stellt für den Betroffenen immer eine Ausnahmesituation dar und wird meist als sehr belastend empfunden. Bedingt durch die Verletzung/ Erkrankung und psychische Belastung friert der Betroffene selbst bei normalen Temperaturen, vor allem wenn durch die Einschränkungen der Kreislauf beeinträchtigt ist.

Oft liegt der Betroffene bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes auch auf dem (kalten) Boden, wodurch es ebenfalls zu weiterem Wärmeverlust kommt.

Um dies zu verhindern, ist der Wärmeerhalt durch das Unterlegen einer (Rettungs-)Decke und das Zudecken des Betroffenen eine der wohl wichtigsten Erste-Hilfe-Maßnahmen.

Hierzu dienen auch warme Kleidungstücke wie ein Mantel, Jacke u. Ä.



(Name des JRK-Mitglieds)

# Mein JRK-Erste-Hilfe-Buch



(Name der JRK-Gruppe,  
E-Mail, Adresse/QR-Code zur  
Homepage)



## Das bin ich:

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

JRK-Gruppe: \_\_\_\_\_

Das gefällt mir am JRK:

---

---

---

---

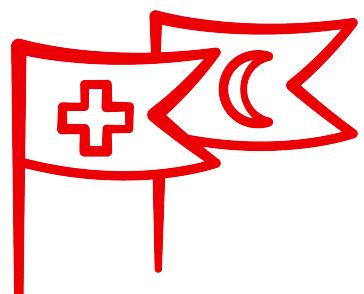
Das möchte ich lernen:

---

---

---

---



## Inhalt:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.