

Einführungskurs für neue Freiwillige

EFK 1 Di 17.03.26 17.30 – 19.30 Uhr	Der Einführungskurs gibt Einblicke in die Geschichte des SRK, die unterschiedlichen Zuständigkeiten der internationalen, nationalen und kantonalen Rotkreuz-Organisationen. Ausserdem werden Rotkreuzgrundsätze thematisiert. Sie erfahren mehr über die Kultur und die Freiwilligenarbeit beim SRK Kanton Luzern.
EFK 3 Mi 26.08.26 13.00 – 15.00 Uhr	
EFK 4 Do 21.10.26 18.00 – 20.00 Uhr	

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/mitmachen

Austausch: SRK-Roundtable und Impulsreferat

RT 1 Mo 15.06.26 18.00 – 20.00 Uhr	Der SRK-Roundtable bietet Freiwilligen und Betreuungspersonen eine Plattform für Diskussionen zu aktuellen Themen bei den verschiedenen Tätigkeiten und Einsätzen, sowie zu aktuellen Themen im SRK Kanton Luzern. Mit dem Roundtable wollen wir die Vernetzung innerhalb des Schweizerischen Roten Kreuzes fördern.
RT 2 Mi 04.11.26 18.00 – 20.00 Uhr	

Impulsreferat RT 1: Datenschutz

Impulsreferat RT 2: Freiwilligenarbeit in der Schweiz

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/mitmachen

Themenkurs 1: Konfliktmanagement

TK1 Do 12.03.26 17.30 – 21.00 Uhr	Im Einsatz mit Menschen gehören unterschiedliche Meinungen, Bedürfnisse und Sichtweisen zum Alltag. Für Freiwillige und Betreuer:innen ist es daher wertvoll, Konflikte früh zu erkennen und konstruktiv damit umzugehen.
--------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/mitmachen

Themenkurs 2: Psychische Gesundheit – verstehen, stärken, schützen

TPG1 Di 02.06.26 18.00 – 20.30 Uhr	Psychische Gesundheit betrifft uns alle – doch oft wissen wir zu wenig darüber. Dieser Kurs vermittelt, was psychische Gesundheit ausmacht, welche Warnzeichen es gibt und wie Sie durch einfache Maßnahmen Ihre mentale Balance stärken können.
TPG3 Fr 06.11.26 18.00 – 20.30 Uhr	

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/mitmachen

Themenkurs 3: Empathische Kommunikation mit Leichtigkeit, Humor und Tiefgang

TK2
Mi 30.09.26 17.30 – 21.00 Uhr

Empathische Kommunikation ist in der Freiwilligenarbeit des Schweizerischen Roten Kreuzes ein Schlüssel zu Vertrauen und gelingender Zusammenarbeit.

Im Kurs entdecken Sie, wie Sie mit Achtsamkeit, Klarheit und einer Prise Humor Gespräche gestalten können – auch in herausfordernden Situationen.

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/mitmachen

Themenkurs 4: Resilienz – Stärke im Alltag entwickeln

TPG1-UW
Fr 30.10.26 18.00 – 20.30 Uhr

Wie schaffen es manche Menschen, trotz Stress, Rückschlägen oder Druck stabil zu bleiben? Die Antwort heißt Resilienz – unsere psychische Widerstandskraft. In diesem kompakten Seminar lernen Sie, was Resilienz ist, welche Faktoren sie stärken und wie Sie selbst aktiv werden können.

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/mitmachen

Themenkurs: Umgang und Begegnung mit Menschen mit Beeinträchtigung

FDTH5
Do 23.04.26 18.30 – 21.00 Uhr

Die Teilnehmenden lernen verschiedene Formen der Beeinträchtigungen kennen und wie sie mit herausfordernden Situationen umgehen können. Im Fokus stehen Situationen mit Menschen mit Mobilitäts-, Seh- und Hörbehinderungen.

FDTH6
Do 12.11.26 18.30 – 21.00 Uhr

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/mitmachen



Erfahrungsaustausch für freiwillige Mentorinnen und Mentoren BEGIN

MENT1
Mo 16.03.26 13.30 – 15.30 Uhr

Wir treffen uns 2x im Jahr für einen aktiven Erfahrungsaustausch. Zudem findet eine gezielte Wissensvermittlung zu den Themen Neuerungen und Veränderungen aus den Dienstleistungen bzw. aus dem Gesamtbetrieb statt. Den Austausch runden wir mit einer gemütlichen Kaffee-Runde ab.

MENT2
Mi 14.10.26 13.30 – 15.30 Uhr

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/mitmachen

Besuchsdienst

Erfahrungsaustausch Rotkreuz-Besuchsdienst

BDE1
Di 05.05.26 14.00 – 16.00 Uhr

Wir treffen uns 2x im Jahr zu einem geführten Erfahrungsaustausch. Dabei greifen wir ein Schwerpunktthema auf, das kurzfristig festgelegt und mitgeteilt wird.

BDE2
Do 15.10.26 09.00 – 11.00 Uhr

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/mitmachen

Themenkurs: Fachinput «Altersdepression erkennen»

BDFI
Do 17.09.26 09.00 – 12.00 Uhr

Die Teilnehmenden erhalten Grundwissen zu Altersdepression. Sie lernen verschiedene Behandlungsmöglichkeiten kennen und können depressive Menschen in ihrem Umfeld unterstützen und begleiten.

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/mitmachen

Themenkurs: Sturzprävention

EDBD1
Do 16.04.26 13.30 – 16.30 Uhr

Freiwillige und Betreuende des SRK KV Luzern sind über Angebote im Bereich der Sturzprävention informiert. Sie kennen einfache Massnahmen zur Reduktion eines bestehenden Sturzrisikos. Als Multiplikator:innen werden sie befähigt, ihre Kundinnen und Kunden im Rahmen ihrer Einsätze im Besuchsdienst und Entlastungsdienst zum Thema Sturzprävention zu sensibilisieren.

EDBD2
Di 06.10.26 13.30 – 16.30 Uhr

Anmeldung öffentlicher Kurs über Leitung Entlastungsdienst



Erfahrungsaustausch Rotkreuz-Fahrdienst – Personenwagen

FDLU1
Di 10.03.26 18.30 – 20.00 Uhr

Wir treffen uns 3x im Jahr für den aktiven Erfahrungsaustausch. Neben dem Austausch finden auch Information und Wissensvermittlung zu aktuellen Themen statt. Den Austausch runden wir mit einer gemütlichen Kaffee-Runde ab.

FDLU2
Di 25.08.26 18.30 – 20.00 Uhr

FDLU3
Di 15.12.26 18.30 – 20.00 Uhr

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/mitmachen

Themenkurs: Refresher theoretische Grundlagen und Verkehrssituationen

FDTH1
Do 26.03.26 18.30 – 20.30 Uhr

Zweimal im Jahr vermittelt unser langjähriger Kursleiter neue Verkehrsregeln, frischt bestehendes Wissen auf, informiert über spezielle Verkehrssituationen (z.B Kreisverkehr, Vortrittsregeln). Ein Refresher, der sich für alle freiwilligen Fahrerinnen und Fahrer lohnt.

FDTH2
Do 10.09.26 18.30 – 20.30 Uhr

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/mitmachen

Themenkurs: Refresher Nothilfe und CPR

FDTH3
Do 19.02.26 18.30 – 20.30 Uhr

Zweimal im Jahr vermittelt unsere langjährige Kursleiterin die korrekte Nothilfe im Strassenverkehr. Die Teilnehmenden lernen verschiedene Krankheitsbilder und Notsituationen kennen, sowie die dazugehörigen Erste-Hilfe-Massnahmen. Zudem werden die BSL-Massnahmen (Basic Life Support) und der korrekte Umgang mit dem AED (Defibrillator) aufgezeigt.

FDTH4
Do 15.10.26 18.30 – 20.30 Uhr

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/mitmachen

Themenkurs: Sturzprävention

EDBD1
Do 16.04.26 13.30 – 16.30 Uhr

Freiwillige und Betreuende des SRK KV Luzern sind über Angebote im Bereich der Sturzprävention informiert. Sie kennen einfache Massnahmen zur Reduktion eines bestehenden Sturzrisikos. Als Multiplikator:innen werden sie befähigt, ihre Kundinnen und Kunden im Rahmen ihrer Einsätze im Besuchsdienst und Entlastungsdienst zum Thema Sturzprävention zu sensibilisieren.

EDBD2
Di 06.10.26 13.30 – 16.30 Uhr

Anmeldung öffentlicher Kurs über Leitung Fahrdienst

Themenkurs: Umgang und Begegnung mit Menschen mit Beeinträchtigung

FDTH5
Do 23.04.26 18.30 – 21.00 Uhr

Die Teilnehmenden lernen verschiedene Formen der Beeinträchtigungen kennen und wie sie mit herausfordernden Situationen umgehen können. Im Fokus stehen Situationen mit Menschen mit Mobilitäts-, Seh- und Hörbehinderungen.

FDTH6
Do 12.11.26 18.30 – 21.00 Uhr

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/mitmachen

Erfahrungsaustausch Rotkreuz-Familienunterstützung (KBH)

FUE1
Mo 02.03.26 16.00 – 18.00 Uhr

Wir treffen uns 2x im Jahr zu einem aktiven Erfahrungsaustausch. Zudem findet eine gezielte Wissensvermittlung zu den Themen Neuerungen, Veränderungen, Rapporte usw. aus der Dienstleistung und dem Bereich Soziales statt. Den Austausch runden wir mit einer gemütlichen Kaffee-Runde ab.

FUE2
Di 21.10.26 10.00 – 12.00 Uhr

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/mitmachen

Notruf

Erfahrungsaustausch Rotkreuz-Notruf – Techniker und Besuchsdienst

NRAT1
Mi 25.02.26 14.00 – 16.00 Uhr

Wir treffen uns 4x im Jahr für einen aktiven Erfahrungsaustausch. Zudem findet eine gezielte Wissensvermittlung zu den Themen Neuerungen, Veränderungen, Notrufinstallation, Service, Störungsmeldungen, neue Notrufgeräte, Gerätewechsel, Rapporte, Checklisten usw. statt. Anschliessend werden die gesammelten Erfahrungen bei einer gemütlichen Kaffee-Runde geteilt.

NRAT2
Mi 06.05.26 14.00 – 16.00 Uhr

NRAT3
Mi 26.08.26 14.00 – 16.00 Uhr

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/mitmachen

NRAT4
Mi 18.11.26 14.00 – 16.00 Uhr

Patientenverfügung

Erfahrungsaustausch Patientenverfügung SRK und Vorsorgeauftrag

VVA1
Mi 06.05.26 15.00 – 16.30 Uhr

Wir treffen uns 2x im Jahr für einen aktiven Erfahrungsaustausch. Zudem findet eine gezielte Wissensvermittlung zu den Themen Neuerungen, Veränderungen, Rapporte usw. aus der Dienstleistung und dem Bereich Soziales statt. Anschliessend werden die gesammelten Erfahrungen bei einer gemütlichen Kaffee-Runde geteilt.

VVA2
Mi 04.11.26 15.00 – 16.30 Uhr

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/mitmachen

