

Einführungskurs für neue Freiwillige

EFK I Di 04.02.25 18.00 – 20.30 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 II Do 16.10.25 18.00 – 20.30 Uhr	

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/freiwilliges-engagement

Austausch: SRK-Roundtable und Impulsreferat

RT I Do 26.06.25 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 II Di 18.11.25 18.00 – 20.00 Uhr	

Impulsreferat RT I: Sicheres Bewegen am, im und auf dem Wasser

Impulsreferat RT II: «Blutspendewesen in der Schweiz» mit dem Blutspendedienst SRK Zentralschweiz

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/freiwilliges-engagement

Themenkurs 1: Stark in der Kommunikation

TK2 Di 18.03.25 17.30 – 21.00 Uhr	Kommunikation mit der Kundschaft ist in der Freiwilligenarbeit ein zentrales Thema. Der Fachkurs «Stark in der Kommunikation» vermittelt verschiedene Modelle und Methoden für eine konstruktive Kommunikationsführung im Praxisalltag. Ausgerichtet auf die Freiwilligenarbeit fokussieren wir uns auf die Themen Zuhören, Verstehen und Feedback geben.
TK4-UW Di 06.05.25 17.30 – 21.00 Uhr	

TK5-ZG
Di 17.06.25 17.30 – 21.00 Uhr

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/freiwilliges-engagement

TK3
Di 09.09.25 17.30 – 21.00 Uhr

Themenkurs 2: Psychische Gesundheit

TPG1-ZG Do 13.03.25 18.00 – 20.30 Uhr	Psychische Gesundheit und das Wohlbefinden eines Menschen sind eng miteinander verbunden. So, wie ich zu meinem Körper Sorge trage, kann ich mich auch um meine Seele kümmern. In diesem Fachkurs lernen Sie die wichtigsten Aspekte von psychischer Gesundheit und Resilienz kennen. Sie erfahren ganz konkret, wie Sie Ihr persönliches Wohlbefinden stärken können. Dieses Wissen unterstützt Sie, Ihre Arbeit als Freiwillige/BetreuerInnen und auch Ihren persönlichen Alltag kraftvoll und mit Lebensfreude zu gestalten.
TPG2 Mo 14.04.25 18.00 – 20.30 Uhr	
TPG1-UW Di 16.09.25 18.00 – 20.30 Uhr	

TPG4
Mi 05.11.25 18.00 – 20.30 Uhr

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/freiwilliges-engagement

Themenkurs 3: Flucht und Trauma

TK1
Mo 10.03.25 17.30 – 21.00 Uhr

Der Krieg hört für die betroffenen Menschen nicht einfach auf, wenn die Waffen schweigen. Die kriegerische Gewalt selber wie auch die Flucht vor dem Krieg hinterlassen oft tiefe Spuren.

TK1-UW
Do 27.03.25 17.30 – 21.00 Uhr

Die Folgen dieser Erlebnisse schütteln die Kriegsflüchtlinge auch beim Grenzübertritt nicht einfach ab. Rund die Hälfte der in westlichen Ländern flüchtenden erwachsenen Personen leidet unter Traumafolgeerkrankungen.

TK4
Mo 27.10.25 17.30 – 21.00 Uhr

Ziel des Fachkurses ist es, dass die Teilnehmenden wissen, was ein Trauma ist und wie es entsteht. Und sie kennen verschiedene Anzeichen und Verhaltensweisen von Menschen mit traumatischen Erlebnissen.

TK1-ZG
Do 13.11.25 17.30 – 21.00 Uhr

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/freiwilliges-engagement



Erfahrungsaustausch für freiwillige Mentorinnen und Mentoren BEGIN

MENT1
Mo 31.03.25 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
Di 07.10.25 09.30 – 11.30 Uhr

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/freiwilliges-engagement

Besuchsdienst

Erfahrungsaustausch Rotkreuz-Besuchsdienst

BDE1
Di 30.09.25 14.00 – 16.00 Uhr

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

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/freiwilliges-engagement

Themenkurs: Fachinput «Kommunikation im Besuchsaltag»

BDFI
Di 21.10.25 14.00 – 16.00 Uhr

Miteinander ins Gespräch kommen oder im Gespräch sein ist ein wichtiger Faktor in der Tätigkeit als freiwillige Person im Besuchsdienst. Reden ist nicht gleich reden, zuhören nicht gleich zuhören. Wie kann Kommunikation gelingen? Welche Aspekte sind dabei hilfreich, welche hinderlich im Gespräch mit Menschen? Welche Elemente gehören zu einem gelingenden Gespräch?

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/freiwilliges-engagement



Erfahrungsaustausch Rotkreuz-Fahrdienst – Personenwagen

FDLU1
Di 11.03.25 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 26.08.25 18.30 – 20.00 Uhr

FDLU3
Di 09.12.25 18.30 – 20.00 Uhr

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/freiwilliges-engagement

Themenkurs: Refresher theoretische Grundlagen und Verkehrssituationen

FDTH1
Do 25.03.25 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 11.09.25 18.30 – 20.30 Uhr

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/freiwilliges-engagement

Themenkurs: Refresher Nothilfe und CPR

FDTH3
Do 13.02.25 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
Fr 10.10.25 18.30 – 20.30 Uhr

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/freiwilliges-engagement

Themenkurs: Umgang und Begegnung mit Menschen mit Beeinträchtigung

FDTH5
Do 17.04.25 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. Dabei werden auch Themen wie Rollstuhlhandling, das Einsteigen/Aussteigen oder das Verhalten und der Umgang mit schwierigen Fahrgästen besprochen.

FDTH6
Do 06.11.25 18.30 – 21.00 Uhr

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/freiwilliges-engagement



Erfahrungsaustausch Rotkreuz-Familienunterstützung (KBH)

FUE1
Mi 12.03.25 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
Mo 25.08.25 16.00 – 18.00 Uhr

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/freiwilliges-engagement

Jugendrotkreuz

Themenkurs: The One with the River Safety – Dein Guide für sicheres Fluss-Schwimmen

JRK1
Sa 23.08.25 10.00 – 15.00 Uhr

Die Freiwilligen des JRK lernen einige theoretische Grundlagen und Sicherheitsaspekte zum Schwimmen im Fluss kennen. Direkt im Anschluss haben sie die Möglichkeit das Erlernte praktisch anzuwenden. Der Fokus liegt auf dem sicheren Bewegen im Fluss und der Spass soll dabei nicht zu kurz kommen.

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/freiwilliges-engagement



Erfahrungsaustausch Rotkreuz-Notruf – Techniker und Besuchsdienst

NRAT1
Mi 12.02.25 14.00 – 16.00 Uhr

NRAT2
Mi 21.05.25 14.00 – 16.00 Uhr

NRAT3
Mi 03.09.25 14.00 – 16.00 Uhr

NRAT4
Mi 10.12.25 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.

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/freiwilliges-engagement

Patientenverfügung

Erfahrungsaustausch Patientenverfügung SRK und Vorsorgeauftrag

VVA1
Di 30.04.25 15.00 – 16.30 Uhr

VVA2
Di 04.11.25 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.

Anmeldung online: www.srk-luzern.ch/freiwilliges-engagement

