#LIVE

WEISSES KREUZ INTERNA CROCE BIANCA



Über Grenzen hinweg

Samaritan Contest 2026

ab Seite 4

Poste Italiane spa – Spedizione in abbonamento postale - D.L. 353/2003 (conv. in l. 27/02/04 n. 46) art. 1 comma 1, NE/BZ, taxe perçue, n. 3/2026, pubblicazione a scadenza bimestrale

Inhalt
Contenuto
04/2026

02 Editorial
Editoriale

04 Titelgeschichte
Copertina

10 News

18 Im Einsatz
In Intervento

26 Nachhaltigkeit
Sostenibilità

34 Direkt
In diretta

42 Sektionen
Sezioni

48 Glückwünsche
Auguri

Find us:
#Live online:

https://www.weisseskreuz.bz.it/live

Follow us:

Druckprodukt mit finanziellem
Klimabeitrag
ClimatePartner.com/53528-2301-1001



Geschätzte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter!

Veränderung und Weiterentwicklung ziehen sich wie ein roter Faden durch diese LIVE-Ausgabe. Ob neue Ausbildungsangebote, neue Räumlichkeiten, digitale Werkzeuge oder Initiativen zur Förderung der Gesundheit unserer Mitarbeitenden: Hinter all diesen Projekten steht das gemeinsame Ziel, unser Bestes zu geben.
Gleichzeitig zeigen die vielen Berichte, was unseren Verein ausmacht: Menschen, die Verantwortung übernehmen, sich engagieren und füreinander da sind. Sei es im Rettungsdienst, in der Jugendarbeit, in den Sozialen Diensten oder im Zivilschutz – überall erleben wir, wie Zusammenhalt und Einsatzbereitschaft Großes bewirken können.

Ich danke euch allen herzlich für euren Einsatz und wünsche euch einen guten Start in den Herbst.

Care collaboratrici, cari collaboratori!

Il cambiamento e l'evoluzione attraversano come un filo conduttore questa edizione di LIVE. Che si tratti di nuove offerte formative, di nuovi spazi, di strumenti digitali o di iniziative per promuovere la salute dei nostri collaboratori e delle nostre collaboratrici, tutti questi progetti condividono un obiettivo comune: dare il meglio di noi.
Allo stesso tempo, i numerosi contributi mostrano ciò che contraddistingue la nostra associazione: persone che si assumono responsabilità, si impegnano con dedizione e sono presenti gli uni per gli altri. Che sia nel servizio di soccorso, nei Gruppi giovani, nei Servizi sociali o nella Protezione civile, ovunque vediamo come la collaborazione e la disponibilità all'aiuto possano fare la differenza.

Vi ringrazio di cuore per il vostro impegno e vi auguro un buon inizio d'autunno.

Ivo Bonamico
Direktor · direttore



Freiwillige, Angestellte, Zivil- und Sozialdienende üben laufend Erste-Hilfe-Maßnehmen, damit jeder Handgriff sitzt, wenn es darauf ankommt.

TITELGESCHICHTE . COPERTINA



Die Jugendlichen haben beim internationalen Samaritan Contest Großes geleistet. Monatelang haben sie sich intensiv vorbereitet, gemeinsam trainiert und gelernt, einander zu vertrauen und sich gegenseitig zu unterstützen. Das hat sich eindrucksvoll bezahlt gemacht

Gemeinsam stark über Grenzen hinweg

Erfolgreiche Jugend beim 10. internationalen Samaritan Contest

Mit vielen neuen Erfahrungen, unvergesslichen Begegnungen und einem starken Gemeinschaftsgefühl sind die beiden Jugendgruppen des Weißen Kreuzes vom internationalen Samaritan Contest 2026 in Oggau am Neusiedler See nach Südtirol zurückgekommen – und haben den begehrten Wanderpokal erneut mit nach Hause gebracht.

> **Dieser Erfolg ist ein Zeichen für die hervorragende Jugendarbeit und das große Engagement der Freiwilligen**
>
> Alexander Schmid

Das Weiße Kreuz war beim Sami Contest als Titelverteidiger mit den Jugendgruppen Ahrntal und Bruneck vertreten. Sie haben sich im vergangenen Jahr beim Landeswettbewerb des Weißen Kreuzes für die Teilnahme qualifiziert. In Oggau haben sie gemeinsam mit insgesamt mehr als 100 Jugendlichen anspruchsvolle Erste-Hilfe-Szenarien, theoretische Aufgaben und Team-Challenges gemeistert und dabei viel Können und Teamgeist bewiesen.

Zeichen für eine hervorragende Jugendarbeit

Die Vereinsverantwortlichen haben den Nachwuchs mit Stolz und Freude begleitet. „Dass sie den Wanderpokal wieder mit nach Hause gebracht haben, ist eine besondere Auszeichnung – vor allem aber ein Zeichen für die hervorragende Jugendarbeit und das große Engagement unserer jungen Freiwilligen“, gratuliert Alexander Schmid, der Präsident des Landesrettungsvereins.

Auch Landesjugendleiterin Tanya Kollmann ist der Stolz über die Leistungen der Jugendlichen deutlich anzumerken. „Sie haben es großartig gemacht! Monatelang haben sie sich intensiv vorbereitet, gemeinsam trainiert und gelernt, einander zu vertrauen und sich gegenseitig zu unterstützen. Das hat sich beim Sami Contest Oggau eindrucksvoll bezahlt gemacht“, sagt sie und bedankt sich gleichzeitig bei den Betreuungsteams, die das ganze Jahr über viel Zeit und Engagement in die Arbeit mit den Jugendlichen investieren: „Ohne sie könnten wir den Jugendlichen nicht die Möglichkeit bieten, an so einer internationalen Veranstaltung teilzunehmen.“



Stolz auf den 3. Platz in der Gruppe B: Die Jugendgruppe Bruneck bei der Preisverteilung.



Die Erstplatzierten in der Gruppe A: Die Jugendgruppe Ahrntal Mit den Sam.I.-Verantwortlichen.

Platzierungen Gruppe A
(12-15 Jahre)

1. **Weißes Kreuz**
   (Südtirol/Italien)
2. **ASSR Asociácia Samaritánov Slovenskej Republiky**
   (Slowakei)
3. **ASBÖ Arbeiter-Samariter-Bund Österreich**

Platzierungen Gruppe B
(16-21 Jahre)

1. **ASBÖ Arbeiter-Samariter-Bund Österreich**
2. **Croix Blanche**
   (Frankreich)
3. **Weißes Kreuz**
   (Südtirol/Italien)



Die Jugendlichen mussten anspruchsvolle Erste-Hilfe-Szenarien meistern und dazu auch theoretische Aufgaben und Team-Challenges absolvieren.

Die intensive Vorbereitung der vergangenen Monate hat sich schließlich für beide Gruppen gelohnt: Die Jugendgruppe Ahrntal gewann in der Kategorie der 12- bis 15-Jährigen, jene aus Bruneck holte sich bei den 16- bis 21-Jährigen den dritten Platz. Damit verteidigte das Weiße Kreuz den Gesamtsieg beim Samaritan Contest und durfte den begehrten Wanderpokal erneut mit nach Südtirol nehmen.

Werte, die weiterwachsen

Der Samaritan Contest wurde heuer bereits zum zehnten Mal von Samaritan International organisiert, dem europäischen Dachverband, dem auch das Weiße Kreuz angehört. Insgesamt vereint der Verband 23 Organisationen aus ganz Europa mit rund drei Millionen Mitgliedern und etwa 140.000 freiwilligen Helferinnen und Helfern.
Ivo Bonamico, der Direktor des Weißen Kreuzes, ist als Generalsekretär von Samaritan International eng in die Aktivitäten des europaweit tätigen Dachverbandes und in die gemeinsame Jugendarbeit eingebunden: „Hier zählt nicht in erster Linie der Wettbewerbsgedanke. Junge Menschen erfahren, wie wichtig Werte wie Hilfsbereitschaft, Verantwortung, Respekt und Teamgeist sind – Werte, die wir beim Weißen Kreuz in der Jugendarbeit fördern und im Verein täglich leben. Solche Erfahrungen prägen und stärken sie – nicht nur in ihrem späteren Engagement, sondern auch persönlich."

Grenzenlose Begegnungen

Neben den Bewerben blieb auch Zeit für den Austausch mit Jugendlichen aus ganz Europa. Neue Freundschaften, gemeinsame Erlebnisse und viele Gespräche machten den Samaritan Contest für die Teilnehmenden zu einem ganz besonderen Erlebnis. Bonamico betont den Wert solcher Begegnungen über Sprach- und Landesgrenzen hinaus: "Internationale Zusammenarbeit wird immer wichtiger – und sie beginnt dort, wo Menschen einander kennenlernen. Der Samaritan Contest schafft genau diesen Raum. Die Jugendlichen erleben unterschiedliche Kulturen, entdecken viele Gemeinsamkeiten und nehmen Erfahrungen mit nach Hause, die weit über den Wettbewerb hinausreichen.“ /sr



Zeit für Austausch: In Oggau gab es viele Möglichkeiten, Jugendliche aus ganz Europa kennenzulernen.

Imparare insieme, vincere insieme

I giovani della Croce Bianca brillano al Samaritan Contest 2026

Con nuove esperienze, incontri indimenticabili e un forte spirito di squadra, i due gruppi giovani della Croce Bianca sono tornati in Alto Adige dopo il Samaritan Contest internazionale 2026 di Oggau sul Lago di Neusiedl, riportando ancora una volta a casa l'ambìto trofeo itinerante.



I giovani della Croce Bianca hanno riportato ancora una volta il trofeo itinerante in Alto Adige.

La Croce Bianca ha partecipato al Sami Contest in qualità di campione in carica con i gruppi giovani della Valle Aurina e di Brunico. I due gruppi si erano qualificati alla manifestazione grazie ai risultati ottenuti lo scorso anno durante il concorso provinciale della Croce Bianca. A Oggau hanno affrontato, insieme a oltre 100 giovani provenienti da diversi Paesi, impegnativi scenari di primo soccorso, prove teoriche e sfide di squadra, dimostrando grande competenza e spirito di collaborazione.

Un riconoscimento per un eccellente lavoro con i giovani

I responsabili dell'associazione hanno seguito con orgoglio ed entusiasmo i giovani partecipanti. "Il fatto che abbiano riportato a casa ancora una volta il trofeo itinerante rappresenta un riconoscimento speciale. Ma soprattutto è la testimonianza dell'eccellente lavoro svolto con i nostri gruppi giovani e del grande impegno dei nostri giovani volontari", si congratula Alexander Schmid, presidente dell'Associazione Provinciale di Soccorso Croce Bianca. Anche Tanya Kollmann, responsabile provinciale dei gruppi giovani, esprime tutto il suo orgoglio per i risultati ottenuti: "Hanno fatto un lavoro straordinario! Per mesi si sono preparati intensamente, allenandosi insieme, imparando a fidarsi gli uni degli altri e a sostenersi reciprocamente. Al Sami Contest di Oggau tutto questo impegno ha dato i suoi frutti in modo impressionante". Kollmann ringrazia inoltre i team di accompagnamento che durante tutto l'anno dedicano tempo ed energie ai giovani: "Senza il loro contributo non potremmo offrire ai ragazzi e alle ragazze la possibilità di partecipare a una manifestazione internazionale come questa".

L'intensa preparazione degli ultimi mesi ha dato ottimi risultati per entrambi i gruppi: il gruppo giovani della Valle Aurina ha conquistato il primo posto nella categoria dai 12 ai 15 anni, mentre il gruppo di Brunico ha ottenuto il terzo posto nella categoria dai 16 ai 21 anni. Grazie a questi risultati, la Croce Bianca ha difeso il titolo assoluto del Samaritan Contest e ha potuto riportare ancora una volta l'ambito trofeo itinerante in Alto Adige.

Valori che continuano a crescere

Quest'anno il Samaritan Contest è stato organizzato per la decima volta da Samaritan International, l'organizzazione ombrello europea di cui fa parte anche la Croce Bianca. L'associazione riunisce complessivamente 23 organizzazioni provenienti da tutta Europa, con circa tre milioni di membri e circa 140.000 volontarie e volontari.

Ivo Bonamico, direttore della Croce Bianca, è fortemente coinvolto nelle attività dell'organizzazione europea in qualità di segretario generale di Samaritan International e segue da vicino anche il lavoro comune con i giovani: "Qui non conta principalmente l'aspetto competitivo. I giovani imparano quanto siano importanti valori come la disponibilità ad aiutare gli altri, il senso di responsabilità, il rispetto e lo spirito di squadra: valori che promuoviamo nei gruppi giovani della Croce Bianca e che viviamo ogni giorno all'interno dell'associazione. Esperienze come questa lasciano un segno profondo e rafforzano i ragazzi e le ragazze, non solo nel loro futuro impegno come volontari, ma anche dal punto di vista personale".

Incontri senza confini

Oltre alle competizioni, c'è stato anche il tempo per confrontarsi con giovani provenienti da tutta Europa. Nuove amicizie, esperienze condivise e numerose occasioni di dialogo hanno reso il Samaritan Contest un'esperienza davvero speciale per tutti i partecipanti. Bonamico sottolinea il valore di questi incontri che superano confini linguistici e nazionali: "La collaborazione internazionale diventa sempre più importante e nasce proprio dal momento in cui le persone si conoscono. Il Samaritan Contest offre esattamente questo spazio. I giovani entrano in contatto con culture diverse, scoprono quanto abbiano in comune e tornano a casa con esperienze che vanno ben oltre la competizione". /sr

> **I giovani entrano in contatto con culture diverse, scoprono quanto abbiano in comune e tornano a casa con esperienze che vanno oltre la competizione.**
>
> Ivo Bonamico

Classifiche Gruppo A
(12-15 anni)

1. **Croce Bianca** (Alto Adige/Italia)
2. **ASSR Asociácia Samaritánov Slovenskej Republiky** (Slovacchia)
3. **ASBÖ Arbeiter-Samariter-Bund Österreich** (Austria)

Classifiche Gruppo B
(16-21 anni)

4. **ASBÖ Arbeiter-Samariter-Bund Österreich** (Austria)
5. **Croix Blanche** (Francia)
1. **Croce Bianca** (Alto Adige/Italia)



I giovani hanno vissuto insieme valori come la disponibilità ad aiutare, il senso di responsabilità e lo spirito di squadra.



100 giovani da diversi paesi hanno affrontato impgegnativi scenari di primo soccorso, prove teoriche e sfide di squadra.

Gemeinsam fit für Social Media
Workshop am 17. Oktober



Social Media entwickelt sich ständig weiter - die verschiedenen Plattformen genauso wie die Nutzerinnen und Nutzer. Da gilt es, immer auf dem Laufenden zu bleiben, um interessierte Zielgruppen auch künftig professionell und zeitgemäß erreichen zu können. Infos und Tipps dazu gibt es beim ganztägigen Workshop am 17. Oktober in der Lichtenburg in Nals.

Die Medienwerkstatt wird gemeinsam mit der Agentur so.you durchgeführt und richtet sich an alle interessierten ehrenamtlichen und angestellten Mitarbeiter:innen.

Im Mittelpunkt stehen aktuelle Entwicklungen auf Facebook, Instagram, WhatsApp und TikTok sowie die wichtigsten Trends und Empfehlungen. Zudem werden wir das Social-Media-Handbuch vorstellen, der Orientierung geben soll. Neben allgemeinen Themen werden auch praktische Werkzeuge für die tägliche Arbeit behandelt.

Die Teilnehmenden erhalten einen Einblick in den Umgang mit künstlicher Intelligenz, die Nutzung von ChatGPT für Ideenfindung und Texterstellung sowie in Anwendungen wie Canva, CapCut und Edits. Ein besonderer Fokus liegt dabei auf Canva und den vielfältigen Möglichkeiten zur einfachen Erstellung professioneller Inhalte.

Am Nachmittag steht die Praxis im Vordergrund: Gemeinsam werden Testimonial-Videos mit dem Smartphone produziert und anschließend bearbeitet. Ziel ist es, den gesamten Prozess von der Aufnahme bis zum fertigen Beitrag kennenzulernen und direkt auszuprobieren. Zum Abschluss werden neue Canva-Vorlagen vorgestellt, die künftig zentral im Social-Media-Handbuch zur Verfügung stehen werden. Dadurch können Inhalte einfacher erstellt und gleichzeitig ein einheitlicher visueller Auftritt sichergestellt werden.

Wir freuen uns auf einen spannenden Tag! /eu

 # Im Mittelpunkt stehen aktuelle Entwicklungen auf Facebook, Instagram, WhatsApp und TikTok sowie die wichtigsten Trends und Empfehlungen, praktische Werkzeuge und Orientierung.

Du möchtest dabei sein?

Dann melde dich gleich an!

Du hast verschiedene Anmeldemöglichkeiten:
- Per **E-Mail** an personalentwicklung@wk-cb.bz.it
- telefonisch unter 0471 444 351
- über deine/n Dienstleiter/in

(WKO-Kursnr. 59744).



In zahlreichen Praxisübungen erweiterten die Teilnehmenden ihren persönlichen Werkzeugkoffer für ihre Tätigkeit als Referent:innen.

Den „Werkzeugkoffer“ erweitern
Ausbildung für Ausbildende

Wie gestalte ich einen Kurstag abwechslungsreich und lebendig? Wie vermittle ich Inhalte verständlich und praxisnah? Und wie trete ich vor einer Gruppe authentisch auf? Mit diesen Fragen beschäftigten sich zwölf Referentinnen und Referenten des Weißen Kreuzes bei einer zweitägigen Ausbildung im Juli.

Im Weißen Kreuz finden täglich zahlreiche Aus- und Fortbildungen statt, die von vereinsinternen Referentinnen und Referenten geleitet werden: für Sanitäterinnen und Sanitäter, für die Teams in den Jugendgruppen, auch für Freiwillige in den anderen Abteilungen wie die Sozialen Dienste. Dabei kann das Weiße Kreuz auf vereinsinterne Referentinnen und Referenten zählen, die ihr Fachwissen kompetent weitergeben.

Um ihnen zusätzliche Werkzeuge für ihre Tätigkeit mitzugeben und ihre didaktischen und persönlichen Kompetenzen weiterzuentwickeln, wurde jetzt eine neue zweitägige Ausbildung unter der Leitung von Paul Felix Rigo und Jutta Wieser von TELOS ausgearbeitet und durchgeführt.

Die zwölf Teilnehmenden kamen aus unterschiedlichen Bereichen des Vereins, darunter die Abteilung Ausbildung, die WK-Jugend, das Freiwilligenmanagement, die Personalentwicklung, das Coaching und die Sozialen Dienste. Sie absolvierten praxisnahe Übungen zu Kursaufbau, Methodenvielfalt, Gruppenleitung, Rhetorik und Kommunikation. Dabei konnten sie neue Methoden direkt ausprobieren, Erfahrungen austauschen und wertvolles Feedback erhalten.

Mit der Ausbildung stärkt das Weiße Kreuz nicht nur die Referentinnen und Referenten, sondern auch die Qualität seiner vereinsinternen sowie -externen Aus- und Weiterbildungen. /cl

Ampliare il “kit degli attrezzi”
Formazione per formatori

Come rendere una giornata di formazione varia e coinvolgente? Come trasmettere i contenuti in modo chiaro e pratico? E come presentarsi davanti a un gruppo in modo autentico? Sono queste alcune delle domande affrontate da dodici relatrici e relatori della Croce Bianca durante un corso di formazione di due giorni svoltosi a luglio.

#

La formazione offre strumenti utili per sviluppare ulteriormente le competenze didattiche dei relatori.

Alla Croce Bianca si svolgono ogni giorno numerosi corsi di formazione e aggiornamento, tenuti da relatrici e relatori interni all’associazione: per soccorritrici e soccorritori, per i team dei Gruppi giovani e anche per i volontari degli altri settori, come i Servizi sociali. La Croce Bianca può contare su relatrici e relatori interni che trasmettono con competenza le proprie conoscenze specialistiche.

Per offrire loro ulteriori strumenti utili nella loro attività e per sviluppare ulteriormente le loro competenze didattiche e personali, è stato ideato e realizzato un nuovo percorso formativo di due giorni, condotto da Paul Felix Rigo e Jutta Wieser di TELOS.

I dodici partecipanti provenivano da diversi ambiti dell’associazione, tra cui il settore Formazione, i Gruppi giovani della Croce Bianca, la Gestione del volontariato, lo Sviluppo del personale, il Coaching e i Servizi sociali. Durante il corso hanno svolto esercitazioni pratiche sulla progettazione dei corsi, la varietà metodologica, la gestione dei gruppi, la retorica e la comunicazione. Hanno potuto sperimentare direttamente nuovi metodi, confrontarsi sulle proprie esperienze e ricevere preziosi feedback.

Con questo percorso formativo, la Croce Bianca rafforza non solo le competenze delle proprie relatrici e dei propri relatori, ma anche la qualità delle attività formative e di aggiornamento offerte sia all’interno che all’esterno dell’associazione. /cl



La Croce Bianca può contare su relatrici e relatori interni che trasmettono con competenza le proprie conoscenze specialistiche.

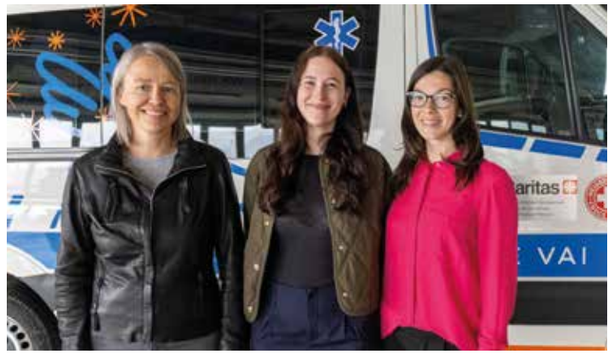
Wünschewagen
Neue Koordinatorinnen

Beim diesjährigen Treffen der Wünschewagen-Freiwilligen standen nicht nur der Austausch und der Rückblick auf die vergangenen Monate im Mittelpunkt, sondern auch einige wichtige Neuerungen.

Rückblick
Aktuell sind 82 Freiwillige im Alter zwischen 55 und 79 Jahren Teil des Wünschewagen-Teams. Mit viel Einfühlungsvermögen und Engagement ermöglichen sie den Fahrgästen unvergessliche Momente. Allein im Jahr 2026 konnten bereits 27 Herzenswünsche erfüllt werden. Dafür legte das Team insgesamt 8.056 Kilometer zurück. Die weiteste Fahrt führte in diesem Jahr bis nach Kalabrien.

Viele Neuerungen
Auch auf organisatorischer Ebene gab es Veränderungen: Zu Beginn des Jahres wechselte die Koordination des Wünschewagens auf Seiten der Caritas. Mitte des Jahres erfolgte zudem ein Wechsel beim Weißen Kreuz. Die Verantwortung für die Koordination des Wünschewagens liegt nun bei Lena Profanter und Rabea Kaufmann. Gemeinsam werden die beiden Personalerinnen den Wünschewagen weiterentwickeln und den Freiwilligen als Ansprechpartnerinnen zur Seite stehen.

Zusammen lachen, zusammen Wünsche erfüllen
Das Gruppentreffen am 28. Juli bot den Freiwilligen die Gelegenheit, auf die bisherigen Einsätze zurückzublicken, Erfahrungen auszutauschen und ihnen für ihren Einsatz zu danken. Den nur ihr Engagement macht es möglich, dass alte und kranke Menschen noch einmal besondere Momente erleben und wertvolle Erinnerungen schaffen können. /kh



Die neuen Wünschewagen-Koordinatorinnen/ Le nuove coordinatrici di Sogni e Vai:
(von links/da sinistra) Catherina Mutzig, Lena Profanter, Rabea Kaufmann

Sogni e vai
Nuove coordinatrici

L’annuale incontro dei volontari di Sogni e vai è stato non solo un’occasione per confrontarsi e ripercorrere i mesi trascorsi, ma anche per condividere importanti novità organizzative.

Uno sguardo ai mesi passati
Attualmente la squadra di Sogni e vai conta 82 volontari tra i 55 e i 79 anni. Con sensibilità, empatia e dedizione accompagnano i passeggeri nella realizzazione dei loro desideri più sentiti, regalando momenti preziosi e indimenticabili. Nei primi mesi del 2026 sono già stati realizzati 27 desideri del cuore. Per renderli possibili, la squadra ha percorso complessivamente 8.056 chilometri. Il viaggio più lungo dell’anno ha portato i volontari fino in Calabria.

Novità nell’organizzazione
Anche sul piano organizzativo ci sono stati dei cambiamenti. Dopo il passaggio del coordinamento del progetto a una nuova responsabile della Caritas all’inizio dell’anno, a metà anno è avvenuto anche l’avvicendamento all’interno della Croce Bianca. La gestione di Sogni e vai è ora affidata a Lena Profanter e Rabea Kaufmann, che seguiranno lo sviluppo del servizio e saranno il punto di riferimento per i volontari.

Insieme per realizzare desideri
L’incontro del 28 luglio ha offerto ai volontari l’opportunità di ripercorrere i viaggi svolti, condividere esperienze e ricevere un sentito ringraziamento per il loro impegno. /kh



Das Gebäude in der Thomas-Alva-Edisaon-Straße bietet moderne Kursräume, ausreichend Platz für Besprechungen und eine zeitgemäße Infrastruktur für die beiden Abteilungen Ausbildung und Soziale Dienste.

Neue Räume, neue Wege

Die Abteilungen Ausbildung und Soziale Dienste haben ihre neuen Räumlichkeiten in der Thomas-Alva-Edison-Straße 11 in Bozen bezogen. Der Umzug schafft Platz für die geplanten Umbau- und Erweiterungsarbeiten am Hauptsitz in der Lorenz-Böhler-Straße 3 und verbessert gleichzeitig die Arbeitsbedingungen für beide Bereiche.

Viele Jahre lang waren alle Abteilungen der Landesleitung unter einem Dach vereint. Die kurzen Wege und der direkte Austausch erleichterten die Zusammenarbeit. Mit dem Wachstum der Organisation stießen die bisherigen Räumlichkeiten jedoch an ihre Grenzen. Das Gebäude in der Thomas-Alva-Edison-Straße bietet nun bessere Voraussetzungen: moderne Kursräume, ausreichend Platz für Beratungen und Besprechungen sowie eine zeitgemäße Infrastruktur.

Neue Kommunikationswege

Besonders die Abteilung Ausbildung profitiert vom zusätzlichen Platz. Hier werden die über 4.000 Freiwilligen des Weißen Kreuzes aus- und weitergebildet, und Erste-Hilfe-Kurse für die Bevölkerung angeboten. „Die Bedingungen für unsere Ausbildungsarbeit sind ideal“, sagt Abteilungsleiter Lorenz Lintner. Mit dem Umzug seien aber auch neue Herausforderungen verbunden: „Wir verlassen einen Standort, an dem viele Abläufe eingespielt waren und der Austausch mit Kolleginnen und Kollegen selbstverständlich stattgefunden hat.“ Künftig gelte es, neue Kommunikationswege und Routinen zu etablieren, zumal das Magazin der Ausbildung am Hauptsitz in der Lorenz-Böhler-Straße bleibt.

Weiterhin präsent

Auch für die Sozialen Dienste bedeutet der Standortwechsel eine Umstellung. Die Abteilung koordiniert unter anderem den Telenotruf und verschiedene Begleitdienste. „Die Nähe zum Krankenhaus war für unsere Freiwilligen ein großer Vorteil“, erklärt Abteilungsleiter Reinhard Mahlknecht. Um den direkten Kontakt weiterhin sicherzustellen, werden Mitarbeitende künftig zu festen Zeiten vor Ort sein und als Ansprechpersonen zur Verfügung stehen.

Mit Zuversicht in die Zukunft

„Veränderung ist immer ein Prozess, den man aktiv gestalten muss“, betont Mahlknecht. Trotz etwas Wehmut überwiege die Freude über die verbesserten Bedingungen für Beratungen, Gespräche und die Weiterentwicklung der Angebote. Auch Präsident Alexander Schmid und Direktor Ivo Bonamico sehen den Umzug als wichtigen Schritt: „Mit den neuen Räumlichkeiten schaffen wir bessere Voraussetzungen für unsere Arbeit und für die Menschen, die wir begleiten. Gleichzeitig ist der Umzug ein wichtiger Meilenstein für die Weiterentwicklung des Hauptsitzes, der nach Abschluss der Umbauarbeiten modern und zukunftsorientiert aufgestellt sein wird.“ /sr

Nuovi spazi, nuove opportunità

I reparti Formazione e Servizi sociali hanno trasferito le proprie attività nella nuova sede di via Thomas Alva Edison 11 a Bolzano. Il trasferimento crea spazio per i lavori di ristrutturazione e ampliamento della sede centrale di via Lorenz Böhler 3 e offre al tempo stesso condizioni di lavoro migliori per entrambi i settori.

Per molti anni tutti i reparti della Direzione provinciale sono stati ospitati sotto lo stesso tetto. Con la crescita della Croce Bianca e l’aumento costante dei servizi offerti, gli spazi esistenti sono però diventati insufficienti. La nuova sede dispone di aule moderne, ambienti adatti a consulenze e riunioni e di un’infrastruttura pensata per le esigenze future.

Nuove opportunità per la formazione

A beneficiare particolarmente del trasferimento è il reparto Formazione, che ogni anno cura la preparazione e l’aggiornamento di oltre 4.000 volontari della Croce Bianca e organizza numerosi corsi di primo soccorso per la popolazione. "Le nuove strutture offrono condizioni ideali per corsi ed esercitazioni", sottolinea il responsabile Lorenz Lintner. Allo stesso tempo, la distanza dalla sede centrale richiederà nuove modalità di comunicazione e collaborazione.

Una sfida anche per i Servizi sociali

Anche per i Servizi sociali il cambiamento comporta nuove sfide. Il reparto coordina servizi di supporto come il telesoccorso e i diversi servizi di accompagnamento. "La vicinanza all’ospedale era un vantaggio importante per i nostri volontari", spiega il responsabile Reinhard Mahlknecht. In futuro i collaboratori saranno presenti in orari prestabiliti direttamente sul posto, continuando così a garantire un punto di riferimento affidabile.

Guardare avanti con fiducia

"Ogni cambiamento richiede un periodo di adattamento", afferma Mahlknecht. "Lasciamo abitudini consolidate, ma i nuovi spazi offrono condizioni nettamente migliori per consulenze, incontri e per lo sviluppo dei nostri servizi."

Anche il presidente Alexander Schmid e il direttore Ivo Bonamico guardano con fiducia al futuro: "Con questa nuova sede creiamo le basi per continuare a offrire servizi di qualità e per sviluppare ulteriormente la nostra organizzazione. Al termine dei lavori di ristrutturazione e ampliamento, la Croce Bianca potrà contare su una struttura moderna e orientata al futuro." /sr





Foto sopra: Lorenz Lintner e Reinhard Mahlknecht

Foto a sinistra: scatoloni, organizzazione e lavoro di squadra: il trasferimento nella nuova sede di Bolzano segna l’inizio di una nuova fase per Formazione e Servizi sociali.

Più moderno, più chiaro, più facile da usare
Il nuovo sito web



Il sito web rinnovato offre una struttura chiara, una navigazione semplice e un accesso rapido alle informazioni più importanti.

Dopo mesi di lavoro, il nuovo sito della Croce Bianca è online dalla fine di maggio. Oggi si presenta con una veste più moderna, una struttura più intuitiva e una navigazione più semplice, offrendo a interessati, soci, volontari e collaboratori un accesso ancora più immediato a informazioni, servizi e offerte.

#

Continueremo a sviluppare il sito, aggiornare i contenuti e migliorarlo costantemente sulla base dei feedback degli utenti.

Il nuovo sito è stato sviluppato con un obiettivo preciso: rendere i contenuti più facili da trovare, migliorare l'esperienza di navigazione e rafforzare ulteriormente la presenza digitale della Croce Bianca come organizzazione di soccorso al passo con i tempi.

Per organizzare meglio i diversi ambiti di attività, il sito è stato suddiviso in diversi portali tematici collegati tra loro. Tra questi troviamo il Volontariato, Primo Soccorso, Trasporto infermi e Formazione. Questa nuova struttura permette di orientarsi più facilmente e di distinguere in modo più chiaro le singole tematiche.
In particolare, il portale Formazione offre numerose nuove funzionalità: i corsi aperti al pubblico possono essere prenotati comodamente online in pochi clic.

Naturalmente il sito non è un progetto concluso. Continueremo a svilupparlo, aggiornare i contenuti e migliorarlo costantemente sulla base dei feedback ricevuti e dell'esperienza degli utenti. In questo modo potremo garantire che continui a rispondere al meglio alle esigenze dei nostri gruppi target.

Un sentito grazie a tutte le persone che hanno contribuito a questo progetto con il loro impegno, le loro idee e i loro preziosi suggerimenti! /eu



Mehr Übersicht, bessere Orientierung: Die überarbeitete Webseite bietet schnellen Zugang zu wichtigen Informationen.

Moderner, klarer, nutzerfreundlicher
Unsere neue Webseite

Nach intensiver Arbeit ist unsere Website jetzt umfassend überarbeitet. Sie präsentiert das Weiße Kreuz moderner, übersichtlicher und nutzerfreundlicher und bietet Interessierten, Mitgliedern, Freiwilligen sowie Mitarbeitenden einen noch besseren Zugang zu Informationen und Angeboten.

Die neue Website wurde mit dem Ziel entwickelt, Inhalte leichter auffindbar zu machen, die Benutzerfreundlichkeit zu verbessern und das Weiße Kreuz als moderne Hilfsorganisation digital noch stärker sichtbar zu machen.

Um die verschiedenen Themenbereiche noch klarer zu strukturieren, besteht die neue Website nun aus mehreren Themenportalen. Dazu gehören die Bereiche Freiwilligendienst, Erste-Hilfe-Wissen, Krankentransport und Ausbildung, die alle innerhalb der digitalen Welt des Weißen Kreuzes miteinander vernetzt sind. Diese Struktur sorgt für eine bessere Übersicht und hilft dabei, die einzelnen Themen klar voneinander abzugrenzen. Vor allem das Ausbildungsportal bietet viele neue Möglichkeiten: Externe Kurse können dort bequem online gebucht werden.

Natürlich ist die Website kein abgeschlossenes Projekt. Wir werden sie laufend weiterentwickeln, Inhalte aktualisieren und auf Basis von Rückmeldungen sowie Nutzererfahrungen kontinuierlich optimieren. So stellen wir sicher, dass sie auch in Zukunft den Bedürfnissen unserer Zielgruppen bestmöglich entspricht.

Wir bedanken uns bei allen, die mit ihrem Einsatz, ihren Ideen und ihrem Feedback zur Umsetzung beigetragen haben! /eu



Die ersten an einem Einsatzort sind meist nicht wie auf dem Foto geschulte Freiwillige, sondern Passantinnen und Passanten. Umso wichtiger ist ein breites Erste-Hilfe-Wissen in der Bevölkerung, damit die ersten Minuten bis zum Eintreffen der Rettungskräfte überbrückt werden können.

„Ein schönes Gefühl, helfen zu können“

Dass sie die erste Reanimation nicht im Dienst, sondern als Passanten durchführen würden, hätten Sanna, Silvia und Sara nicht gedacht. Die drei Freiwilligen der Sektion Gröden absolvieren derzeit den RDS-Kurs und griffen beherzt ein, als ein Mann Hilfe brauchte.

Es war abends auf dem Nachhauseweg von einem Schulungstermin. Am Straßenrand entdeckten die drei ein verunfalltes Auto. Bereits zwei Fahrzeuge hatten angehalten, daneben lag ein Mann regungslos in der Wiese. Sanna, Silvia und Sara zögerten keine Sekunde.

Gewusst, was zu tun ist

„Er hatte eindeutig Schnappatmung. Das konnten die anderen Ersthelfer nicht richtig einordnen. Sie wussten nicht genau, was sie tun sollten“, berichtet Sanna. Der Notruf war bereits abgesetzt worden, deshalb begannen die angehenden Rettungssanitäterinnen sofort mit der Reanimation. Gleichzeitig schickten sie jemanden los, um einen Defibrillator zu holen. „Irgendwann hatten wir mehrere AED-Geräte vor Ort“, erinnert sich Sanna. „Ein Feuerwehrmann brachte eines aus einer nahegelegenen Halle, andere wurden von öffentlichen AED-Standorten geholt. Aber besser zu viele als gar keines.“

Als der Rettungswagen kam, hatte der Herzschlag des Mannes schon wieder eingesetzt – nach dem Schock des AED. Später erfuhren die drei Freiwilligen, dass der Mann den Herz-Kreislauf-Stillstand ohne nennenswerte Folgen überstanden hatte.

Ausbildung gibt Sicherheit

„Es ist ein schönes Gefühl zu wissen, dass man helfen konnte“, sagt Silvia. Dass sie die Situation trotz aller Anspannung gut bewältigen konnten, führen die drei auch auf ihre Ausbildung zurück. „Natürlich ist man nervös. Aber wir haben die Reanimation im Kurs so oft geübt, dass vieles fast automatisch abgelaufen ist. Das hat uns in diesem Moment viel Sicherheit gegeben.“

Helfen ist selbstverständlich

Als Heldinnen sehen sich die drei nicht. Dass sie von Südtirol 1 stellvertretend für alle Ersthelfenden zu den „Südtirolerinnen des Tages“ gekürt wurden, hat sie eher überrascht. „Wir sind beim Weißen Kreuz. Für uns ist es selbstverständlich, zu helfen, wenn jemand Hilfe braucht“, sagen sie übereinstimmend.

Wertvoller Freiwilligeneinsatz

Für Präsident Alexander Schmid ist ihr Einsatz ein eindrucksvolles Beispiel für den Wert der Freiwilligenarbeit. „Wir haben glücklicherweise sehr viele Freiwillige, die mit ganzem Herzen dabei sind und helfen wollen. Dadurch können wir als Landesrettungsverein viel bewirken“, betont er.

Erste-Hilfe-Wissen als Teil der Rettungskette

Gleichzeitig verweist Schmid auf die Bedeutung der Ersten Hilfe in der Bevölkerung: „Im Durchschnitt erleidet jeden Tag ein Mensch in Südtirol einen Herz-Kreislauf-Stillstand. Die ersten Menschen am Einsatzort sind meist nicht die Rettungskräfte, sondern Passantinnen und Passanten. Nicht immer sind darunter geschulte Freiwillige, die genau wissen, was zu tun ist.“

Deshalb setzt sich das Weiße Kreuz dafür ein, dass möglichst viele Menschen die wichtigsten Erste-Hilfe-Maßnahmen beherrschen und AED-Geräte im ganzen Land rasch erreichbar sind. Denn bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand entscheiden die ersten Minuten. „Je mehr Menschen im Ernstfall handeln, desto stärker wird unsere Rettungskette“, so Schmid. /sr

> **Irgendwann hatten wir dann mehrere AED-Geräte vor Ort. Aber besser zu viele als gar keines.**
>
> Sanna Mair



Obwohl sie zu "Südtirolerinnen des Tages" gewählt wurden, fühlen sie sich nicht als Heldinnen: Silvia Demetz (von links), Sara Perathoner und Sanna Mair sind einfach nur froh, dass sie helfen konnten.



Üben, üben und nochmals üben: Das gibt Sicherheit, um im Notfall schnell und effektiv reagieren zu können.

“Una bella sensazione sapere di aver potuto aiutare”

Non avrebbero mai pensato che la loro prima rianimazione l’avrebbero effettuata non durante il servizio, ma come semplici passanti. Sanna, Silvia e Sara, volontarie della sezione Val Gardena, stanno attualmente frequentando il corso per soccorritrici e sono intervenute con coraggio quando un uomo ha avuto bisogno di aiuto.



Pur avendo ricevuto il riconoscimento di "Südtirolerinnen des Tages", non si sentono eroine: Silvia Demetz (da sinistra), Sara Perathoner e Sanna Mair sono semplicemente grate di aver potuto dare il proprio contributo e aiutare una persona in difficoltà.

Stavano tornando a casa dopo una serata di formazione quando, a bordo strada, hanno notato un'auto incidentata. Due veicoli si erano già fermati e, accanto, un uomo giaceva immobile su un prato. Sanna, Silvia e Sara non hanno esitato un attimo.

Sapevano subito cosa si doveva fare

"Presentava chiaramente il respiro agonico. Gli altri soccorritori presenti non riuscivano a interpretare correttamente la situazione e non sapevano esattamente come intervenire", racconta Sanna. La chiamata di emergenza era già stata effettuata, così le tre future soccorritrici hanno iniziato immediatamente le manovre di rianimazione. Nel frattempo, hanno incaricato qualcuno di recuperare un defibrillatore. "A un certo punto avevamo addirittura diversi AED sul posto", ricorda Sanna. "Un vigile del fuoco ne ha portato uno da un capannone vicino, altri sono stati recuperati dalle postazioni pubbliche. Ma meglio averne troppi che nessuno."

Quando è arrivata l'ambulanza, il cuore dell'uomo aveva già ripreso a battere grazie alla scarica del defibrillatore. In seguito, le tre volontarie hanno saputo che l'uomo aveva superato l'arresto cardiocircolatorio senza conseguenze rilevanti.

La formazione dà sicurezza

"È una bella sensazione sapere di aver potuto aiutare qualcuno", afferma Silvia. Le tre volontarie attribuiscono anche alla formazione ricevuta il fatto di aver saputo gestire bene la situazione nonostante la forte tensione.

"Certo, si è nervosi. Ma durante il corso abbiamo praticato la rianimazione così tante volte che molti gesti sono avvenuti quasi automaticamente. In quel momento ci ha dato molta sicurezza."

Aiutare è naturale

Le tre non si considerano delle eroine. Anche il riconoscimento ricevuto dalla stazione Radio Südtirol 1 come "Donne altoatesine del giorno", assegnato simbolicamente a nome di tutte le persone che prestano il primo soccorso, le ha piuttosto sorprese. "Facciamo parte della Croce Bianca. Per noi è naturale aiutare quando qualcuno ha bisogno di aiuto", affermano all'unisono.

Un volontariato di grande valore

Per il presidente Alexander Schmid, il loro intervento rappresenta un esempio significativo del valore del volontariato. "Fortunatamente possiamo contare su moltissimi volontari che si impegnano con il cuore e desiderano aiutare. Grazie a loro, come associazione provinciale di soccorso possiamo fare davvero la differenza", sottolinea.

Le conoscenze di primo soccorso come parte della catena del soccorso

Schmid richiama inoltre l'attenzione sull'importanza del primo soccorso tra la popolazione: "In media, ogni giorno una persona in Alto Adige subisce un arresto cardiocircolatorio. Le prime persone a trovarsi sul luogo dell'emergenza non sono generalmente i soccorritori professionisti, ma i passanti. E non sempre tra loro ci sono volontari formati che sanno esattamente cosa fare."

Per questo la Croce Bianca si impegna affinché il maggior numero possibile di persone conosca le principali manovre di primo soccorso e affinché i defibrillatori AED siano rapidamente accessibili in tutto il territorio provinciale. In caso di arresto cardiocircolatorio, infatti, i primi minuti sono decisivi. "Più persone sono pronte ad agire in una situazione d'emergenza, più forte diventa la nostra catena del soccorso", conclude Schmid. /sr

Siamo parte della Croce Bianca. Per noi è naturale aiutare quando qualcuno ha bisogno.

Sanna Mair, Sara Perathoner e Silvia Demetz



Di solito, le prime persone a intervenire sul luogo di un'emergenza non sono volontari formati come quelli raffigurati nella foto, bensì semplici passanti. Per questo è fondamentale che la popolazione possieda solide conoscenze di primo soccorso, così da poter prestare aiuto nei minuti decisivi che precedono l'arrivo dei soccorritori.



Allenarsi, allenarsi e ancora allenarsi: così si acquisisce la sicurezza necessaria nei momenti decisivi.

Gemeinsame Zeit
Erfüllender Freiwilligendienst bei „Gemeinsam aktiv“

Wer Mariele und Maria gemeinsam sieht, könnte meinen, sie seien schon ein Leben lang enge Freundinnen. Dabei haben sich die beiden erst vor knapp einem Jahr kennengelernt – über den Begleitdienst „Gemeinsam aktiv“.

Wenn Maria ihren Besuch ankündigt, strahlt Mariele schon Stunden vorher über das ganze Gesicht. Die ältere Dame lebt seit dem Tod ihres Mannes allein. Sie ist selbstständig und organisiert ihren Alltag gut. Sogar tägliche Fitnesseinheiten mit einem kleinen Hometrainer gehören dazu. Dennoch hat sie sich als Telenotrufkundin für den Begleitdienst „Gemeinsam aktiv“ gemeldet. „Es ist schön, gemeinsam etwas zu unternehmen“, sagt sie. Wie sehr sie die gemeinsame Zeit genießt, wird deutlich, als Mariele in der Kirche eine Kerze anzündet und leise murmelt: „Für Maria, damit sie mich noch lang besuchen kommt.“

Einsatz als Herzensangelegenheit

Auch Maria ist glücklich über die Begegnung. Dass aus ihrem Freiwilligendienst eine so besondere Freundschaft entstehen würde, hätte sie nicht erwartet. „Ich wollte einfach etwas für ältere Menschen tun. Ich merke ja, dass sich viele allein fühlen. Nachdem ich mich ein wenig umgesehen hatte, habe ich mich schließlich für den Freiwilligendienst beim Weißen Kreuz entschieden“, erzählt sie. „Ich glaube, ich hatte einfach Glück, dass ich sofort Mariele begegnet bin. Sie ist ein toller, herzlicher Mensch mit viel Sinn für Humor und hat viel zu erzählen. Ein Stadtbummel mit ihr ist immer wieder eine besondere Erfahrung“.

Gemeinsam Zeit schenken

So wie Maria geht es vielen Freiwilligen, die sich in den vergangenen Monaten für „Gemeinsam aktiv“ gemeldet haben. Einmal pro Woche besuchen sie ältere Menschen zu Hause und gestalten die gemeinsame Zeit nach deren Interessen und Bedürfnissen. Dabei sind es die kleinen Dinge, die den Alltag bereichern und Lebensfreude schenken: ein Spaziergang, ein Kartenspiel, ein Cafébesuch, gemeinsame Turnübungen oder einfach ein gutes Gespräch.



Sie gehen spazieren, trinken Kaffee, aber oft machen sie auch nur einen kleinen „Ratscher“: In jedem Fall genießen Maria und Mariele die gemeinsame Zeit.



Mariele freut sich schon Stunden vorher auf den Besuch von Maria. Wie ihr geht es vielen älteren Menschen in Südtirol. Deshalb sucht das Weiße Kreuz weitere Freiwillige, die den Freiwilligendienst bei „Gemeinsam aktiv“ übernehmen.

Die Nachfrage steigt

„Das Interesse an Angeboten, die Zeit und menschliche Nähe in den Mittelpunkt stellen, ist in den vergangenen Jahren spürbar angestiegen – sowohl von Seiten der Betreuten als auch der Freiwilligen“, sagt Ivo Bonamico, Direktor des Weißen Kreuzes. „Denn wer sich bei ‚Gemeinsam aktiv‘ engagiert, schenkt nicht nur anderen Zeit, sondern erlebt auch selbst Gemeinschaft.“ Die Freiwilligen sind in Gruppen organisiert. Dort können sie sich regelmäßig austauschen und gegenseitig unterstützen.

Verstärkung gesucht

Um der steigenden Nachfrage gerecht werden zu können, sucht das Weiße Kreuz Verstärkung für die Freiwilligenteams in Bozen, Meran und Brixen. Die neuen Freiwilligen werden auf ihre Aufgaben vorbereitet, begleitet und sind Teil eines engagierten Teams. Interessierte sind herzlich eingeladen, sich zu melden. /sr

Auch du oder jemand in deinem Bekanntenkreis möchte Zeit schenken und dabei selbst wertvolle Begegnungen erleben?

Dann melde dich einfach!

Abteilung Soziale Dienste
Tel. 0471 444 777
freiwilligaktiv@wk-cb.bz.it
www.werde-teil-von-uns.it.

> **„Mariele ist ein herzlicher Mensch mit viel Sinn für Humor. Sie hat viel zu erzählen und ein Stadtbummel mit ihr ist immer wieder eine besondere Erfahrung.**
>
> Maria (Freiwillige bei „Gemeinsam aktiv“)

Von der Großveranstaltung in den Katastropheneinsatz
Wichtige Arbeit im Hintergrund

Kaum war der Landesjugendfeuerwehrwettbewerb am Ritten erfolgreich abgeschlossen, wurden die Freiwilligen des Zivilschutzes bereits nach dem Murenabgang in Meran benötigt. Zwei völlig unterschiedliche Einsätze – und doch mit einer Gemeinsamkeit: Beide zeigen, wie entscheidend eine funktionierende Versorgung im Hintergrund für den Einsatzerfolg ist.

Beim Landesjugendfeuerwehrwettbewerb übernimmt der Zivilschutz jedes Jahr die Verpflegung von rund 1.300 Jugendlichen und ihren Betreuungsteams. Wochen vor der Veranstaltung beginnen die Vorbereitungen. "Solche Einsätze sind sehr aufwändig und zeitintensiv", erklärt Markus Leimegger, Abteilungsleiter für Zivilschutz und internationale Projekte. "Gleichzeitig sind sie eine wertvolle Übung, damit wir im Katastrophenfall schnell und professionell handeln können."
Und dieser trat auch gleich ein: Noch bevor die letzten Abbauarbeiten am Ritten abgeschlossen waren, machte der Murenabgang in Meran den nächsten Einsatz erforderlich. Während die Feuerwehren Schlamm und Geröll beseitigten, übernahm der Zivilschutz die Versorgung der Einsatzkräfte. Innerhalb von sechs Tagen wurden rund 1.300 Mahlzeiten und 500 Lunchpakete ausgegeben.

Es galt also, innerhalb kürzester Zeit von einer lang geplanten Großveranstaltung auf einen ungeplanten Katastropheneinsatz umzuschalten. Möglich war das nur dank der Erfahrung, der Flexibilität und der außergewöhnlichen Einsatzbereitschaft der Freiwilligen. "Großschadensereignisse halten sich nicht an Zeitpläne. Unsere Freiwilligen sind gut ausgebildet und springen ein, wenn sie gebraucht werden – unabhängig davon, wann ein Einsatz beginnt oder wie lange er dauert", betont Präsident Alexander Schmid.

Wie wichtig diese Arbeit im Hintergrund für den Einsatzerfolg ist, hob auch der Landesfeuerwehrverband in einem Social-Media-Beitrag hervor: "Vom Frühstück über das Mittagessen bis hin zu Getränken und kleinen Stärkungen zwischendurch – alles ist hervorragend organisiert und mit viel Herzblut vorbereitet. Ein herzliches Dankeschön an die freiwilligen Helferinnen und Helfer des Zivilschutzes des Weißen Kreuzes für diese großartige Unterstützung. Eure Arbeit im Hintergrund ist ein unverzichtbarer Beitrag für den Einsatzerfolg und zeigt einmal mehr, wie wichtig Zusammenhalt und gelebte Solidarität sind" /sr





Zwei völlig unterschiedliche Einsätze in kürzester Zeit: Die lang im Voraus geplante Versorgung der Feuerwehrjugendlichen (Foto links) und der Katastropheneinsatz beim Murenabgang in Meran.





Mehr als ein Abenteuer!
Eine Woche lang Zivilschutz hautnah

19 Jugendliche, eine Woche voller Action und jede Menge Einblicke in die Welt des Bevölkerungsschutzes: Beim diesjährigen Zivilschutzcamp in Naturns gab es vieles, nur keine Langeweile.

Organisiert wurde das Camp vom Zivilschutz des Weißen Kreuzes und der Jugendgruppe der Sektion Naturns in Zusammenarbeit mit der Agentur für Bevölkerungsschutz im Rahmen des nationalen Projekts „Campi scuola“. Auf dem Programm stand alles, was den Bevölkerungsschutz ausmacht: praktische Übungen, spannende Vorführungen und Begegnungen mit Menschen, die im Ernstfall für andere da sind.

Mit dabei waren unter anderem die Freiwillige Feuerwehr, die Berufsfeuerwehr, die Wasserrettung, die Heli-Flugrettung Südtirol, die Ortspolizei sowie Straßenpolizei, Finanzpolizei und Carabinieri. Die Jugendlichen konnten dabei nicht nur verschiedene Einsatzorganisationen kennenlernen, sondern auch hautnah erleben, wie wichtig Zusammenarbeit ist, wenn es darauf ankommt.

Natürlich kam auch der Spaß nicht zu kurz. Neben den praktischen Aktivitäten blieb genügend Zeit zum Spielen, Austauschen und sich Kennenlernen. Und so entstanden im Laufe der Woche nicht nur viele neue Eindrücke, sondern auch neue Freundschaften.

Das wechselhafte Wetter stellte die Gruppe zwar vor die eine oder andere kleine Herausforderung – der guten Stimmung tat das aber keinen Abbruch. Im Gegenteil: Zusammen anzupacken, gemeinsam Lösungen zu finden und füreinander da zu sein machte die ganze Woche zu einer ganz besonderen Erfahrung.

Am Ende waren sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer einig: Diese Woche war weit mehr als ein Abenteuer. Sie hat gezeigt, was Teamgeist, Verantwortung und Zusammenhalt bedeuten – und wird bei vielen sicher noch lange in Erinnerung bleiben. /sr





Essen als Jungbrunnen
Kann Ernährung Leben verlängern?

Wer möchte nicht bis ins hohe Alter fit und gesund bleiben? Die moderne Altersforschung (Longevity) zeigt: Neben Bewegung und sozialen Kontakten ist die tägliche Ernährungsweise unser stärkster Hebel!

Die alltägliche Kost beeinflusst unsere Gesundheit am stärksten. Dabei geht es aber nicht um einzelne Inhaltsstoffe und Superfoods. Das Geheimrezept ist eine pflanzenbetonte Kost. Wenn drei Viertel des Tellers aus pflanzlichen Lebensmitteln besteht, beugt das Krankheiten vor und schützt unsere Zellen vor vorzeitiger Alterung.

Die unterschätzte Gefahr: Übergewicht und die Fettverteilung
Langlebigkeit ist nicht nur eine Frage der richtigen Vitamine, sondern auch des Körpergewichts. Eine aktuelle Studie des Deutschen Krebsforschungszentrums (DKFZ) zeigt: Mehr als jede zehnte Tumorerkrankung hängt direkt mit einem zu hohen Körpergewicht zusammen. Dabei spielt vor allem das Viszeralfett (Bauchfett) eine Rolle, es ist besonders stoffwechselaktiv und feuert permanent stille Entzündungsprozesse an. Dieser Zusammenhang ist bei Frauen deutlicher höher als bei Männern. Überraschend ist auch, dass Körperfett gerade bei Erwachsenen unter 60 Jahren eine potenziell größere Rolle spielt als bisher angenommen.
Wer gesund alt werden möchte, sollte das eigene Gewicht unter Kontrolle halten und eventuelles Übergewicht abbauen.

Die süße Falle: Zucker befeuert das biologische Altern
Das Leben soll süß sein, aber nicht mit Zucker! Dass zu viel Zucker ungesund ist, ist bekannt. Doch die Altersforschung deckt eine noch tiefere Verbindung auf: Altern ist im Kern ein fortschreitender Entzündungsprozess (auch bekannt als „Inflammaging“). Der Zucker wiederum verstärkt das Entzündungsgeschehen in der Zelle. Besonders gefährlich ist die Fruktose, die in Limonaden, Energydrinks und Süßigkeiten steckt. Aktuelle Studien haben jetzt den Verdacht bestätigt, dass diese Zuckerart das Risiko für die Entstehung von Stoffwechselerkrankungen erhöht. Wer Süßgetränke regelmäßig konsumiert nimmt in der Regel zu und zeigt ein deutlich erhöhtes Risiko für Typ-2-Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Bereits ein einziges Glas Süßgetränk pro Tag lässt das Risiko für Typ-2-Diabetes um 18 Prozent in die Höhe schießen.
Wer also gut und lange leben will, sollte süße Getränke und Limonaden nur ausnahmsweise trinken.

Fett ist nicht gleich Fett! Mit ungesättigten Fettsäuren die Körperzellen schützen
Lange galt Fett als Dickmacher Nummer eins. Doch inzwischen weiß man: Auf die richtige Wahl kommt es an. Während gesättigte Fette aus Fast Food und fettreichen Snacks Entzündungen anheizen, wirken ungesättigte Fettsäuren im Körper entgegengesetzt. Die Forschung bestätigt, wie mächtig gute Fette sind. So senkt eine Ernährung reich an Omega-3-Fettsäuren und Proteinen, kombiniert mit regelmäßigem Sport, das Entzündungsgeschehen bei älteren Menschen messbar. Besonders viele ungesättigten Fettsäuren wie die Ölsäure sind im Olivenöl und in Rapsöl enthalten, Omega-3-Fettsäuren in Samenölen und Meeresfisch.
Wer täglich eine Hand voll Walnüsse isst (ca. 30 Gramm geschälte Nüsse) lebt länger, und zwar ganze 2 Jahre!

Farbenfroh essen: Das Regenbogen-Schutzschild für die Zellen
Wer bunt isst, verlängert sein Leben. Der Grund dafür sind sekundäre Pflanzenstoffe. Sie dienen der Pflanze als Schutz zum Beispiel vor UV-Licht. In unserem Körper wirken sie wie eine Verjüngungskur: Sie besitzen starke antioxidative und entzündungshemmende Eigenschaften, die unsere Zellen vor Schäden, oxidativem Stress und vorzeitigem Altern schützen.
Dabei gilt: Je saisonaler und regionaler Gemüse und Obst ist, desto reicher an wertvollen sekundären Pflanzenstoffen.

Ein langes, gesundes Leben ist kein Zufallsprodukt, sondern das Ergebnis täglicher Entscheidungen.
Wer bewusst wählt WAS im Teller steckt, schenkt den Körperzellen die Zukunft, die sie verdienen.

Von Dr. Ivonne Daurù Malsiner
Ernährungscoach und Beraterin

7 "Longevity-Wunderstoffe" die besonders “lebensverlängernd” wirken:

1. **Quercetin** → in Äpfeln, Kapern, dunkler Schokolade (mit Kakaoanteil von über 70 %), Zwiebeln, grünem Blattsalat, Liebstöckel
2. **Resveratrol** → in roten Trauben und dunkelrot-blauen Beeren wie Blaubeeren, Preiselbeeren, Himbeeren und Cranberrys
3. **Curcumin** → in Curcumawurzel und Curcumagewürz
4. **Anthocyane** → in Blutorangen, Rotkohl, Kirschen, Beeren, Auberginen, violetten Kartoffeln, schwarzen Pflaumen, Radicchio
5. **Epigallocatechingallat** → vor allem in unfermentiertem grünen Tee wie Matchatee, weißem und schwarzem Tee
6. **Fisetin** → in Erdbeeren, Kaki und Äpfeln
7. **Capsaicin** → Chili, scharfer Paprika und Peperoni

Vitalisierender grüner Smoothie
Reich an wertvollen Inhaltsstoffen, die vitalisierend wirken: Das Getränk wirkt antioxidativ, entzündungshemmend und ist basisch – gut für die Zellgesundheit.

Zutaten für 2 Personen:
1 Banane vom Fairen Handel
1 Hand voll (60 g) Blattspinat oder Mangold
1 EL Pistazien
200 ml Bio-Mandelmilch aus Europa
Auf Wunsch eine Hand voll Eiswürfel



So wird’s gemacht:
Die Mangold-Blätter waschen und die Stängel entfernen. Die Banane schälen und in Stücke schneiden. Alles im Mixer mit der Mandelmilch fein mixen. Wenn man es frisch will: einige Eiswürfel kräftig mixen bis der Smoothie cremig ist.

Il cibo come fonte di giovinezza
Alimentazione che allunga la vita

Chi non vorrebbe rimanere in forma e in salute fino a tarda età? La ricerca sulla longevità dimostra che, oltre all'attività fisica e ai contatti sociali, l'alimentazione quotidiana è la nostra leva più potente!



L'alimentazione quotidiana è il fattore che influenza maggiormente la nostra salute, più che singoli ingredienti o superfood. La ricetta segreta è una dieta a base vegetale. Se tre quarti del piatto sono costituiti da alimenti vegetali, si prevengono le malattie e si proteggono le nostre cellule dall'invecchiamento precoce.

Il grasso viscerale: un pericolo sottovalutato
La longevità non è solo una questione di vitamine giuste, ma anche di peso corporeo. Uno studio recente del Centro per la Ricerca sul Cancro in Germania (DKFZ) dimostra che più di un tumore su dieci è direttamente correlato a un peso corporeo eccessivo. In questo contesto, il grasso viscerale (cioè il grasso addominale) gioca un ruolo fondamentale: è particolarmente attivo dal punto di vista metabolico e alimenta costantemente un'infiammazione silente. Il rischio di cancro è nettamente più marcato nelle donne rispetto agli uomini. È sorprendente anche il fatto che, soprattutto negli adulti sotto i 60 anni, il grasso intorno alla pancia abbia un ruolo potenzialmente più rilevante di quanto si pensasse finora.
Chi desidera invecchiare in salute dovrebbe tenere sotto controllo il proprio peso e ridurre l'eventuale sovrappeso.

La dolce trappola: lo zucchero accelera l'invecchiamento biologico
La vita deve essere dolce, ma non grazie allo zucchero! È risaputo infatti che un eccesso di zucchero fa male alla salute. Tuttavia, la ricerca sull'invecchiamento rivela un legame ancora più profondo: l'invecchiamento è, in sostanza, un processo infiammatorio progressivo (noto anche come "inflammaging"). Lo zucchero, a sua volta, intensifica il processo infiammatorio a livello cellulare. Particolarmente pericoloso è il fruttosio, presente nelle bibite gassate, nelle bevande energetiche e nei dolciumi. Studi recenti hanno ora confermato il sospetto che questo tipo di zucchero aumenti il rischio di sviluppare malattie metaboliche. Chi consuma regolarmente bevande zuccherate tende ad aumentare di peso e presenta un rischio significativamente maggiore di sviluppare il diabete di tipo 2 e malattie cardiovascolari. Già un solo bicchiere di bevanda zuccherata al giorno fa schizzare il rischio di diabete di tipo 2 del 18%.
Quindi, chi vuole vivere bene e a lungo dovrebbe bere acqua e bevande come le tisane senza zucchero e edulcoranti.

Non tutti i grassi sono uguali! Proteggere le cellule dell'organismo con grassi insaturi
Per molto tempo il grasso è stato considerato il principale responsabile dell'aumento di peso. Ma ormai lo sappiamo: ciò che conta è fare la scelta giusta. Mentre i grassi saturi presenti nel fast food e negli snack alimentano le infiammazioni, gli acidi grassi insaturi hanno un effetto opposto sull'organismo. La ricerca conferma quanto siano potenti i grassi buoni. Ad esempio, un'alimentazione ricca di acidi grassi omega-3 e proteine, abbinata a un'attività fisica regolare, riduce in modo misurabile i processi infiammatori nelle persone anziane. L'olio d'oliva e l'olio di colza contengono una quantità particolarmente elevata di acidi grassi insaturi come l'acido oleico, mentre gli acidi grassi omega-3 si trovano negli oli di semi e nel pesce di mare.

Smoothie verde vitalizzante
Ricco di ingredienti preziosi che hanno un effetto vitalizzante. La bevanda ha un effetto antiossidante, antinfiammatorio e alcalinizzante. È utile per la salute delle cellule.



Ingredienti per 2 persone:
1 banana del commercio equo e solidale
60 g (una manciata) di foglie di spinaci o bieta
1 cucchiaio di pistacchi
200 ml latte di mandorla Bio
Se si vuole cubetti di ghiaccio

Preparazione:
Lavare le foglie di spinaci e togliere i gambi. Sbucciare la banana e tagliare a pezzetti. Mettere tutto in un mixer e frullare con il latte di mandorla finché la bevanda diventa cremosa. Qualora la bevanda sia troppo densa oppure non fredda abbastanza aggiungere cubetti di ghiaccio e frullare il tutto.

Chi mangia ogni giorno una manciata di noci (circa 30 grammi di noci sgusciate) vive più a lungo, ben 2 anni in più!

Lo scudo arcobaleno per le tue cellule
Chi mangia in modo variegato, facendo attenzione ad un'alimentazione „colorata" allunga la propria vita. Il motivo sono i fitonutrienti, per esempio i flavonoli (vedi sotto). Questi servono alla pianta come protezione, ad esempio dai raggi UV. Nel nostro corpo agiscono come una cura di ringiovanimento: possiedono potenti proprietà antiossidanti e antinfiammatorie che proteggono le nostre cellule dai danni dati dallo stress ossidativo e dall'invecchiamento precoce.
Vale la regola: più la frutta e la verdura sono di stagione e di provenienza locale, più sono ricche di preziosi fitonutrienti.

Una vita lunga e sana non è frutto del caso, ma il risultato delle scelte quotidiane. Chi sceglie consapevolmente COSA mettere nel piatto regala alle cellule del proprio corpo il futuro che meritano.

Di dr. Ivonne Daurù Malsiner
Coach dell'alimentazione e consulente

Le sette sostanze „miracolose" per la longevità:

1. **Quercetina:** presente nelle mele, nei capperi, nel cioccolato fondente (con una percentuale di cacao superiore al 70%), nelle cipolle, nell'insalata verde a foglia e nel levistico
2. **Resveratrolo:** presente nell'uva rossa e nei frutti di bosco di colore rosso scuro-blu come mirtilli, mirtilli rossi, lamponi e cranberry
3. **Curcumina**: presente nella radice di curcuma e nella spezia curcuma
4. **Antociani:** arance rosse, cavolo rosso, ciliegie, frutti di bosco, melanzane, patate viola, prugne nere, radicchio
5. **Epigallocatechina gallato:** soprattutto nel tè verde come il tè matcha, nel tè bianco e in quantità minori nel tè nero
6. **Fisetina:** nelle fragole, nei cachi e nelle mele
7. **Capsaicina:** peperoncino, peperoni piccanti e peperoncino

Kleine Übungen
Große Wirkung

Ob im Dienst oder zuhause – kurze Trainingseinheiten können viel verändern und das eigene Wohlbefinden stärken. Wie das geht, zeigen die Coaches des Trainingszentrums beyond in Bozen. In Zusammenarbeit mit unserem Greenteam haben sie für alle Mitarbeitenden im Weißen Kreuz kurze Videos mit Übungen zusammengestellt, die sich ganz einfach in den Dienstalltag einbauen lassen. beyond-Coach Johanna Fischer erklärt, was diese Übungen bringen, worauf man achten sollte und wie man sich selbst dazu motivieren kann.



Johanna Fischer ist bei Beyond zuständig für Ernährungs- und Mentalcoaching. Als Ernährungstherapeutin, Ernährungswissenschafterin und Mentaltrainerin hilft sie, Körper & Geist in Balance zu bringen.

LIVE Johanna, worauf zielen die Übungen ab, die ihr für uns vorbereitet habt?

Johanna Fischer Unser Alltag verlangt viel von uns ab, wir haben Pflichten und Termine, denen wir nachkommen müssen. Dabei immer eine Stunde Sport am Tag einzuplanen, ist oft unrealistisch und setzt uns noch mehr unter Druck. Kleine Pausen lassen sich zwischendurch leichter einbauen. Die kurzen Übungen in den Videos tun dem Körper gut, aber auch dem Geist. Sie helfen, neue Kraft zu schöpfen und Energie zu tanken.

LIVE Wie wirken sie sich in unserem Alltag oder bei unserer Arbeit aus?

Johanna Fischer Damit laden wir unsere Akkus wieder auf und wappnen unseren Körper und unseren Geist für die täglichen Anforderungen. Vor allem geht es um ein Reset für unser Nervensystem. Denn das arbeitet fast ständig auf Hochtouren. Das kostet Energie und senkt auf Dauer unsere Leistungsfähigkeit. Kurze Übungen helfen, diese ständige Anspannung zu durchbrechen. Unser Geist hat dadurch wieder mehr Energie, wir können uns besser konzentrieren und klarer denken. Auch der Körper hat wieder mehr Reserven und ist belastbarer.

LIVE Warum ist es wichtig, regelmäßig kleine Bewegungs- oder Fitnesspausen einzubauen?

Johanna Fischer Unser Körper braucht regelmäßige Pausen, um wieder ins Gleichgewicht zu kommen und gut zu funktionieren. Achten wir nicht auf dieses Bedürfnis, sendet er Signale wie Schmerzen, Beschwerden oder Unwohlsein. Um das zu vermeiden, braucht es nicht viel. Schon kurze Einheiten von ein paar Minuten täglich wirken nachhaltig, wenn sie regelmäßig durchgeführt werden.

LIVE Worauf sollten wir achten, wenn wir die Übungen nachmachen?

Johanna Fischer Wichtig ist, dass man sich dabei wohlfühlt. Was einem gut tut, ist von Mensch zu Mensch verschieden. Deshalb haben wir sehr verschiedene Übungen ausgewählt – Yoga, Krafttraining und Atemübungen. Mein Tipp: Am besten alles ausprobieren, spüren, was am besten wirkt und dann dranbleiben, ohne sich Gedanken darüber zu machen, was andere dazu sagen. Wir haben oft die Erfahrung gemacht, dass sich viele genieren, die Übungen am Arbeitsplatz zu machen. Aber alle, die dies dennoch machen, sind Vorbilder und helfen mit, eine Kultur zu schaffen, in der die Achtsamkeit für den eigenen Körper zur Selbstverständlichkeit wird.

LIVE Hast du einen Tipp, wie man sich selbst motivieren kann, dranzubleiben?

Johanna Fischer Am besten helfen klare Zielsetzungen und Routine. Denn das Nichts-Tun ist natürlich bequemer. Aber wenn wir uns selbst klarmachen, was wir mit diesem relativ kleinen Aufwand erreichen können und uns das zum Ziel setzen, dann wird es leichter, aktiv zu werden. Wenn wir die Übungen routinemäßig in unseren Alltag einbauen und mit anderen Gewohnheiten verbinden, dann werden sie zum Automatismus – beispielsweise vor der Kaffeepause, vor der Teamsitzung, vor oder nach dem Mittagessen, auch morgens oder abends nach dem Zähneputzen.

Interview: Sabine Raffin



Kleine Übungen für kleine Pausen, die sich leicht in den Arbeitsalltag integrieren lassen: Videos zum Mitmachen stehen jetzt für alle Mitarbeitenden zur Verfügung.

Mach mit!

Hier kannst du alle Videos downloaden:

> **Am besten alles ausprobieren, spüren, was am besten wirkt und dann dranbleiben, ohne sich Gedanken zu machen, was andere dazu sagen.**
>
> Johanna Fischer

Piccoli esercizi
Grande effetto

Che sia durante il servizio o a casa – brevi sessioni di allenamento possono fare una grande differenza e rafforzare il proprio benessere. Come funziona, lo mostrano i coach del centro di allenamento beyond di Bolzano. In collaborazione con il nostro Greenteam hanno realizzato per tutti i collaboratori della Croce Bianca brevi video con esercizi che si possono facilmente integrare nella quotidianità lavorativa. La coach di beyond Johanna Fischer spiega quali benefici offrono questi esercizi, a cosa prestare attenzione e come ci si può motivare a praticarli con costanza.



Johanna Fischer è responsabile per la nutrizione e il mental coaching presso beyond. Come terapista della nutrizione, scienziata della nutrizione e mental trainer, aiuta a riportare corpo e mente in equilibrio.

LIVE Johanna, a cosa mirano gli esercizi che avete preparato per noi?

Johanna Fischer La nostra vita quotidiana ci richiede molto: doveri, appuntamenti, scadenze. Inserire ogni giorno un'ora di sport è spesso poco realistico e genera ulteriore pressione. Piccole pause, invece, sono più facili da integrare. Gli esercizi brevi nei video fanno bene al corpo ma anche alla mente: aiutano a rigenerarsi e a ricaricare le energie.

LIVE Che effetto hanno nella nostra vita quotidiana o sul lavoro?

Johanna Fischer Ci permettono di ricaricare le batterie e di preparare corpo e mente alle esigenze quotidiane. In particolare, si tratta di un reset del nostro sistema nervoso, che lavora quasi sempre al massimo. Questo consuma energia e riduce, a lungo andare, le nostre prestazioni. Brevi esercizi aiutano a interrompere questa tensione costante. La mente torna così ad avere più energia: ci concentriamo meglio e pensiamo con maggiore chiarezza. Anche il corpo ritrova riserve ed è più resistente.

LIVE Perché è importante inserire regolarmente piccole pause di movimento o fitness?

Johanna Fischer Il nostro corpo ha bisogno di pause regolari per ritrovare l'equilibrio e funzionare bene. Se non ascoltiamo questo bisogno, invia segnali come dolori, disturbi o malessere. Per evitarlo non serve molto: già poche sessioni quotidiane di alcuni minuti hanno un effetto duraturo, se praticate con regolarità.

LIVE A cosa dovremmo prestare attenzione quando ripetiamo gli esercizi?

Johanna Fischer È importante sentirsi a proprio agio. Ciò che fa bene varia da persona a persona. Per questo abbiamo scelto esercizi molto diversi – yoga, allenamento di forza e esercizi di respirazione. Il mio consiglio: provare tutto, percepire cosa funziona meglio e poi continuare, senza preoccuparsi di ciò che pensano gli altri. Spesso abbiamo visto che molti si vergognano a fare gli esercizi sul posto di lavoro. Ma chi lo fa diventa un modello e contribuisce a creare una cultura in cui la cura del proprio corpo diventa una cosa naturale.

LIVE Hai un consiglio su come motivarsi a continuare?

Johanna Fischer Le cose più utili sono obiettivi chiari e la routine. Non fare nulla è ovviamente più comodo. Ma se ci rendiamo conto di cosa possiamo ottenere con questo piccolo impegno e lo poniamo come obiettivo, allora diventa più facile attivarci. Se inseriamo gli esercizi nella nostra quotidianità come abitudine, collegandoli ad altre azioni, diventano un automatismo – ad esempio prima della pausa caffè, prima della riunione del team, prima o dopo pranzo, oppure la mattina o la sera dopo essersi lavati i denti.

Intervista: Sabine Raffin

> **La mente torna così ad avere più energia: ci concentriamo meglio e pensiamo con maggiore chiarezza. Anche il corpo ritrova riserve ed è più resistente.**
>
> Johanna Fischer



Piccoli esercizi per brevi pause da integrare facilmente nella giornata lavorativa: sono ora disponibili per tutte le collaboratrici e tutti i collaboratori dei video da seguire e mettere subito in pratica.

Partecipa anche tu!

Qui puoi scaricare tutti i video



Rundum g’sund
Die zweite Runde

12 Wochen für mehr Gesundheit, Energie und Wohlbefinden: Wie kleine Veränderungen den Alltag positiv beeinflussen können.

Gesund bleiben, sich wohlfühlen und neue Gewohnheiten entwickeln: Mit „Rundum g’sund“ setzt das Weiße Kreuz auf die Gesundheit seiner Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Nach dem erfolgreichen Start im Bezirk West ging das Projekt Anfang 2026 in die zweite Runde – diesmal gemeinsam mit dem Fitnessstudio Beyond im Bezirk Mitte.

Von Jänner bis April nahmen zehn Mitarbeitende aus verschiedenen Sektionen und Abteilungen am zwölfwöchigen Programm teil. Unter professioneller Begleitung konnten sie ganz bewusst Zeit in die eigene Gesundheit investieren und neue Impulse für den Alltag mitnehmen.

Dabei setzt „Rundum g’sund“ auf vier Bereiche, die sich ideal ergänzen: ärztliche Betreuung, Ernährungsberatung, mentales Coaching und Sport. Ziel war es, Gesundheitsrisiken frühzeitig entgegenzuwirken, das persönliche Wohlbefinden zu stärken und gesunde Gewohnheiten nachhaltig im Alltag – und damit auch im Arbeitsleben – zu verankern.

Dass das gelungen ist, zeigen die durchwegs positiven Rückmeldungen: Alle Teilnehmenden konnten ihre persönlichen Ziele größtenteils erreichen und würden das Projekt auch an ihre Arbeitskolleg:innen weiterempfehlen.

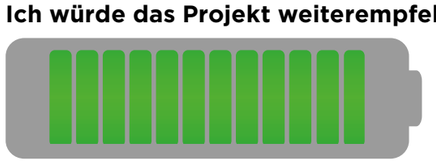
Eine weitere Auflage von Rundum g’sund ist bereits in Planung. /rk

Ich konnte meine persönlichen Ziele erreichen



84%

Ich würde das Projekt weiterempfehlen



92%

Mehr Besucher, weniger Einsätze
Alpen Flair Festival in Natz



125 Sanitäterinnen und Sanitäter, aufgeteilt in verschiedene Teams, waren, beim Sanitätsdienst beim Alpen Flair Festival im Einsatz.

 # Der Trend der vergangenen Jahre hat sich fortgesetzt: Die Zahl der Einsätze ging zurück, schwere Verletzungen und Erkrankungen blieben aus.

Das Festival Alpen Flair in Natz gehört zu den bekanntesten und größten Sanitätsdiensten, die das Weiße Kreuz Jahr für Jahr begleitet. Bereits im März begann die detaillierte Planung. Gemeinsam mit den restlichen Sicherheitskräften wurden zudem spezielle Szenarien besprochen, um auf alle Eventualitäten vorbereitet zu sein. Während des Festivals fanden zudem täglich Lagebesprechungen zwischen den Sicherheitsorganisationen und dem OK-Team statt.

Logistische Herausforderung
Um eine bestmögliche Versorgung zu gewährleisten, wurde bereits eine Woche vor Festivalbeginn eine geeignete Infrastruktur aufgebaut. Diese bestand aus einem Sanitätscontainer, einem 10 x 10 Meter großen Versorgungszelt, einem zusätzlichen Personalzelt sowie Schlafcontainern für die eingesetzten Helferinnen und Helfer. Tagsüber spielte sich die medizinische Versorgung im Behandlungszelt ab, während sie sich in den Abendstunden auf den Dorfplatz von Natz verlagerte.

Großer Einsatz der Freiwilligen
Von Mittwoch bis Sonntag waren rund 125 Sanitäterinnen und Sanitäter aus den Sektionen Brixen, Bruneck, Klausen und Mühlbach sowie vier Notärzte im Einsatz. Gemeinsam leisteten sie 1.400 Dienststunden. Aufgeteilt wurden sie auf sechs Versorgungsteams sowie zwei Krankentransportwagen. Rund um die Uhr war zudem ein Einsatzleiter, ein Notarzt und ein Leiter Behandlung im Dienst.

Spannend, aber unerklärlich
Das Alpen Flair Festival war mit 14.000 Besucherinnen und Besuchern täglich ausverkauft. Dennoch setzt sich ein Trend der vergangenen Jahre fort: Die Zahl der Einsätze geht kontinuierlich zurück. 2026 wurden insgesamt 200 Patientinnen und Patienten behandelt. Davon wurden 22 zur weiteren Versorgung in das Krankenhaus Brixen transportiert. Schwere Verletzungen und Erkrankungen blieben aus.

Teamwork führt zum Erfolg
Ein wesentlicher Erfolgsfaktor war die ausgezeichnete Zusammenarbeit aller beteiligten Organisationen. Das Organisationskomitee, die Feuerwehren, die STS Security, die Carabinieri und das Weiße Kreuz arbeiteten reibungslos zusammen und trugen so dazu bei, dass das Festival auch 2026 reibungslos über die Bühne ging. /kh

Wie digitale Werkzeuge die Notfallseelsorge noch menschlicher machen

Wenn nach einem Unfall, einem plötzlichen Todesfall oder einer anderen schweren Krise plötzlich nichts mehr ist wie zuvor, zählt vor allem eines: dass jemand da ist. Jemand, der zuhört, Ruhe ausstrahlt und Halt gibt. Genau das leisten die Freiwilligen der Notfallseelsorge des Weißen Kreuzes – jetzt mit digitaler Unterstützung im Hintergrund.



Einsätze gut zu dokumentieren ist in Notfallseelsorge wichtig. Es hilft, das eigene Handeln zu reflektieren und Informationen nachvollziehbar festzuhalten. Auch dabei helfen die neuen digitalen Werkzeuge.



Menschen in akuten Ausnahmesituationen zu begleiten, ihnen Orientierung zu geben und sie auf dem ersten Schritt zurück in den Alltag zu unterstützen, ist und bleibt die wichtigste Aufgabe der Freiwilligen in der Notfallseelsorge. Damit diese Begleitung gelingen kann, braucht es im Hintergrund gut organisierte Abläufe. Digitale Werkzeuge sorgen jetzt dafür, dass Informationen schnell verfügbar sind, Zuständigkeiten klar geregelt und die Einsatzkräfte entlastet werden. Sie ersetzen nicht das persönliche Gespräch – sie schaffen mehr Raum dafür.

Ein Beispiel dafür ist das digitale Einsatzprotokoll auf Basis des BASIS-Modells. Es unterstützt die Einsatzkräfte dabei, Einsätze strukturiert zu dokumentieren, das eigene Handeln zu reflektieren und wichtige Informationen nachvollziehbar festzuhalten. Ergänzt wird es durch die WK-App mit dem PSNV-Taschenbuch, Leitlinien, Praxistipps sowie Informationen zu Themen wie Todesnachrichten oder Suizid. So steht wichtiges Fachwissen genau dort zur Verfügung, wo es gebraucht wird – direkt im Einsatz.

Ein weiterer Schritt ist die Integration der Psychischen Ersten Hilfe in die Erste-Hilfe-App des Weißen Kreuzes. Nach dem einfachen Prinzip „Look – Listen – Link“ lernen Ersthelfende, belastete Menschen wahrzunehmen, zuzuhören, Sicherheit zu vermitteln und sie an geeignete Anlaufstellen weiterzuleiten. Die Inhalte ersetzen keine Ausbildung, geben aber gerade in belastenden Situationen wertvolle Orientierung.

„Bei all diesen Entwicklungen bleibt der Kern der Notfallseelsorge unverändert menschlich. Digitale Systeme können Einsätze dokumentieren, Wissen bereitstellen oder Abläufe erleichtern. Was sie nicht können, ist einem Menschen in seiner größten Not zuzuhören, Schweigen auszuhalten oder Halt zu geben. Genau dafür braucht es die Freiwilligen und Fachkräfte der Notfallseelsorge“, betont Präsident Alexander Schmid.

Digitalisierung schafft in der Notfallseelsorge deshalb keine Distanz – sondern mehr Zeit für das Wesentliche. Sie entlastet im Hintergrund, damit im Vordergrund das bleiben kann, was Menschen in schweren Momenten am meisten brauchen: Nähe, Aufmerksamkeit und jemanden, der einfach da ist. /sr

DIREKT . IN DIRETTA



Digitale Werkzeuge helfen, Abläufe gut zu organisieren und schaffen damit mehr Raum für das persönliche Gespräch.

> **Was digitale Systeme nicht können, ist einem Menschen in seiner größten Not zuhören, Schweigen auszuhalten oder Halt zu geben.**
>
> Alexander Schmid

WK-App
Praktisch und sicher

Die WK-App macht wichtige Informationen schnell und unkompliziert zugänglich. Damit sie für alle ein sicheres und verlässliches Werkzeug bleibt, ist ein verantwortungsvoller Umgang mit den Zugangsdaten unerlässlich.

Die Zugangsdaten sind persönlich und dürfen nicht weitergegeben werden. Auf gemeinsam genutzten Geräten sollte das Passwort nicht gespeichert werden oder es sollte eine regelmäßige Abmeldung erfolgen.

Die Nutzung der App wird über Logdaten dokumentiert. Bei Bedarf können Stichprobenkontrollen durchgeführt werden, um die ordnungsgemäße Verwendung der Zugänge zu überprüfen.

Zudem gilt: Personenbezogene Daten von Patientinnen, Patienten oder anderen an Einsätzen beteiligten Personen dürfen nicht an Dritte weitergegeben werden, sofern dies nicht ausdrücklich in den geltenden Verfahren vorgesehen ist.

Vielen Dank für den sorgsamen Umgang mit den Zugangsdaten zum Schutz sensibler Informationen! /sr



Marco Francesconi (v.l.) Romana Antenhofer, Claudia Castellazzi, Ivo Bonamico



WK-App
pratica e sicura

L'app WK consente di accedere in modo rapido e semplice a informazioni importanti. Per garantire che rimanga uno strumento sicuro e affidabile per tutti, è fondamentale utilizzare con attenzione le proprie credenziali di accesso.

Le credenziali sono personali e non possono essere condivise con altre persone. Sui dispositivi utilizzati anche da altri utenti, la password non dovrebbe essere salvata automaticamente oppure è consigliabile effettuare regolarmente il logout.

L'utilizzo dell'app viene documentato tramite file di log. Se necessario, possono essere effettuati controlli a campione per verificare il corretto utilizzo degli accessi.

Si ricorda inoltre che i dati personali dei pazienti e delle altre persone coinvolte negli interventi non possono essere comunicati a terzi, salvo nei casi espressamente previsti dalle procedure vigenti.

Grazie fin d'ora per l'attenzione e la cura nell'utilizzo delle credenziali di accesso e per il contributo alla tutela delle informazioni sensibili! /sr

Zum wohlverdienten Ruhestand!
Danke Claudia Castellazzi

Mit dem Abschied von Claudia Castellazzi geht beim Weißen Kreuz ein besonderes Kapitel zu Ende. Nach mehr als 33 Jahren engagierter Tätigkeit tritt sie ihren wohlverdienten Ruhestand an und hinterlässt dabei nicht nur fachlich, sondern auch menschlich bleibende Spuren.

Am 21. April 1993 begann Claudia Castellazzi ihre Laufbahn beim Weißen Kreuz in der Sektion Meran. Mit ihrem Organisationstalent, ihrer Genauigkeit und ihrer Verlässlichkeit wurde sie rasch zu einer unverzichtbaren Stütze der Verwaltung. Generationen von Mitarbeitern, Funktionären und Mitgliedern haben sie als kompetente Ansprechpartnerin kennengelernt, die stets den Überblick behielt und für jedes Anliegen eine Lösung fand. Die Sektion Meran war über viele Jahre hinweg ihr berufliches Zuhause, das sie mit großem Engagement und Herzblut mitgeprägt hat.

Schon früh zeigte sich ihre besondere Fähigkeit, Aufgaben sorgfältig und verantwortungsbewusst zu erledigen. Deshalb wurden ihr wichtige Tätigkeiten im Bereich der Fakturierung anvertraut. Im Jahr 2007 wechselte sie vorübergehend in die zentrale Verwaltung nach Bozen, bevor sie 2012 wieder nach Meran zurückkehrte. Dort war sie für viele Kolleginnen und Kollegen weit mehr als nur eine Mitarbeiterin der Verwaltung. Mit ihrer ruhigen, freundlichen und hilfsbereiten Art war sie oft die erste Anlaufstelle, wenn Rat oder Unterstützung gefragt waren.

Über drei Jahrzehnte hinweg prägten ihre Loyalität, ihre Professionalität und ihr unermüdlicher Einsatz die Arbeit des Weißen Kreuzes maßgeblich mit. Für ihre langjährige Verbundenheit und die wertvolle Arbeit, die sie für die Organisation geleistet hat, gebühren ihr großer Dank und besondere Anerkennung.

Das Weiße Kreuz wünscht Claudia Castellazzi für ihren neuen Lebensabschnitt Gesundheit, Freude und viele schöne Momente. Vielen Dank für alles und alles Gute für den wohlverdienten Ruhestand.

Ein Berufsleben im Zeichen des Weißen Kreuzes



Bei der offiziellen Abschlussfeier: Stefan Viehweider (v.l.) Lorenz Lintner, Michael Bamhackl, Egon Santoni, Andreas Pattis, Ivo Bonamico, Reinhard Mahlknecht, Lukas Innerhofer, Markus Trocker

Nach beinahe vier Jahrzehnten voller Engagement verabschiedet sich Andreas Pattis in den wohlverdienten Ruhestand. Seit seinem Eintritt im Jahre 1987 war er ein fester Bestandteil des Weißen Kreuzes. In unterschiedlichen Funktionen hat er die Entwicklung des Vereins begleitet und mitgeprägt.

Seinen Weg begann Andreas als Sanitäter in Brixen. Schon früh zeichnete er sich durch große Einsatzbereitschaft und den Wunsch nach fachlicher Weiterentwicklung aus. Die damals übliche Ausbildung innerhalb des Weißen Kreuzes war ihm nicht genug, weshalb er zusätzlich die Ausbildung zum bayerischen Rettungssanitäter absolvierte. Sein großes Fachwissen in der Notfallversorgung teilte er anschließend gerne mit jüngeren Kollegen.

Bald zog es ihn im wahrsten Sinne des Wortes höher hinaus. Als sich die Möglichkeit bot, als Flugretter auf dem Pelikan 2 in Brixen tätig zu werden, ergriff Andreas diese Chance und übernahm später als Dienstleiter der Flugrettung wichtige Verantwortung. Nach dieser prägenden Zeit kehrte er in die Bodenrettung zurück. Zunächst als Dienstleiter und später als Bezirksleiter in Brixen gestaltete er vor allem die Organisation der Dienste und die Ausbildung der Mitarbeiter mit. Gleichzeitig blieb er dem freiwilligen Dienst verbunden und leitete eine eigene Nachtdienstgruppe.

Im Laufe der Jahre rückten für Andreas zunehmend die Menschen hinter dem Rettungsdienst in den Mittelpunkt. Ihr Wohlbefinden, ihre Zufriedenheit und ein gutes Miteinander waren ihm ebenso wichtig wie funktionierende Abläufe. Auch sein Interesse an der Notfallseelsorge zeigte, dass sein Blick stets über den eigentlichen Einsatz hinausging. So war es ihm ein großes Anliegen und wohl auch sein Verdienst, dass der Aspekt der psychischen Gesundheit Einzug in den Landesrettungsverein hielt.

Seine Erfahrung und sein ausgeprägtes Gespür für Menschen führten ihn im Jahr 2001 in die Landesleitung nach Bozen. Dort erhielt er den Auftrag, die Personalentwicklung aufzubauen und das Personalwesen des Weißen Kreuzes zukunftsorientiert weiterzuentwickeln. Diese Aufgabe erfüllte Andreas über viele Jahre mit großer Sorgfalt, Weitsicht und Beständigkeit. Vieles geschah dabei im Hintergrund. Er musste sich nie in den Vordergrund drängen, um Wirkung zu erzielen. Mit seiner ruhigen und überlegten Art bereitete er wichtige Entscheidungen vor, stellte entscheidende Weichen und gab sein Wissen und seine Werte an jüngere Mitarbeiter weiter. So geht auch der Nachwuchspool auf seine Initiative zurück, denn das Fördern und Einbinden von jungen Kolleginnen und Kollegen war ihm stets ein großes Anliegen.

Andreas hat damit nicht nur die Gegenwart des Weißen Kreuzes mitgestaltet, sondern auch wichtige Grundlagen für dessen Zukunft geschaffen.

Das Weiße Kreuz dankt Andreas Pattis herzlich für seinen jahrzehntelangen Einsatz, seine Kompetenz, seine Menschlichkeit und seine Verbundenheit mit dem Verein. Gleichzeitig ist es erfreulich, dass er zukünftig im Bereich der Psychosozialen Notfallversorgung (PSNV) seine Erfahrung einbringen kann und damit ein wichtiger Teil der Gemeinschaft des Weißen Kreuzes bleibt. /mt

DIREKT . IN DIRETTA



Auch als Bezirksleiter in Brixen blieb Andreas dem freiwilligen Dienst verbunden und leitete eine eigene Nachtdienstgruppe.



Foto oben Abschied von einem tollen Team in der Personalentwicklung: Markus Trocker (v.l.) Rabea Kaufmann, Lena Profanter, Andreas Pattis, Clemens Ladurner, Simone Ballweber
Foto unten Seit seinem Eintritt ins Weiße Kreuz war Andreas immer mit voller Einsatzbereitschaft im Dienst.





Gemeinschaft im Mittelpunkt

Wie in allen Sektionen treffen sich die Freiwilligen auch in der Sektion Ahrntal normalerweise nur bei Tagdiensten, Nachtdiensten, Bereitschaftsdiensten, Übungen oder Sitzungen. Aber hin und wieder stehen nicht die Einsätze, sondern das Gesellschaftliche im Mittelpunkt – so geschehen bei der bereits zur Tradition gewordenen Grillfeier in der WK-Stelle.
Dienstleiter und Sektionsleiter berichteten kurz über Neuigkeiten im Verein und Anstehendes in der Sektion. Danach begann der gesellige Teil, zu dem auch die Partnerinnen und Partner der Freiwilligen eingeladen waren. Beim gemeinsamen Abendessen gab es ausgiebig Gelegenheit, sich zu unterhalten und gemeinsam zu lachen – etwas, das die Zeit sonst kaum erlaubt. So haben alle den warmen Sommerabend in vollen Zügen genossen.
Ein großes Dankeschön geht an alle, die zur Organisation und zum Gelingen dieses Abends beigetragen haben.



Dienstleiter und Sektionsleiter informieren über anstehende Neuigkeiten



Abendessen in gemütlicher Runde





Sie haben den Sektionssitz offiziell eröffnet: (v.l.) Pfarrer Shenoy, Sektionsleiterin Amanda Pardeller, Dienstleiter Gerhard Haniger, Vize-Präsident Benjamin Egger, Landesrat Hubert Messner, Bürgermeister Bernhard Daum und Vizebürgermeisterin Ursula Thaler.

We are back!
Sektionssitzeröffnung in Deutschnofen

Nach einem Jahr Bauzeit war es endlich so weit: Am 20. Juni konnte die Sektion Deutschnofen in ihren renovierten und erweiterten Sektionssitz zurückkehren. Fun Fact: In den vergangenen 45 Jahren ist sie nur dreimal umgezogen. Das Besondere daran? Alle bisherigen Standorte sind vom neuen Sektionssitz aus sichtbar.
Mit der feierlichen Banddurchtrennung hat ein neues Kapitel in der Sektionsgeschichte begonnen. Außerdem wurde der neue Rettungswagen von Pfarrer Shenoy gesegnet und offiziell in Dienst gestellt.
Der neue Sektionssitz ist mehr als nur ein Arbeitsplatz – er ist ein Treffpunkt für Freiwillige, Mitarbeitende und Jugendliche. Kurz gesagt: Alle sind zurück und bereit für die Zukunft!

Pizzaabend in Passeier

Am 10. Juli stand das Weiße Kreuz Passeier wieder ganz im Zeichen des gemeinsamen Genusses. Herbert verwöhnte die anwesenden Freiwilligen, Mitarbeitenden, die Zivildienenden sowie deren Familien mit frisch zubereiteten, knusprigen Pizzen. Für ein einladendes Ambiente sorgte die Location des JuPas, während der Pizzateig großzügigerweise von der Pizzeria Brückenwirt gesponsert wurde. Das leckere Essen und eine Hüpfburg für die Kleinen sorgten für beste Stimmung.
Das beliebte Fest bietet jedes Jahr aufs Neue die perfekte Gelegenheit, gemeinsam einen herrlichen Sommerabend zu verbringen.







Klausurtagung **mit Weitblick**

Anfang Juni traf sich der Ausschuss der Sektion Seis des Weißen Kreuzes zu einer zweitägigen Klausurtagung am Karerpass. Inmitten der beeindruckenden Bergkulisse standen intensive Arbeitsphasen und der gemeinsame Austausch im Mittelpunkt.
Während am Samstag und Sonntag engagiert an der zukünftigen Ausrichtung der Sektion gearbeitet wurde, entstanden klare und zukunftsorientierte Ziele, die den Weg bis ins Jahr 2030 weisen sollen. Neben den inhaltlichen Diskussionen bot die Klausurtagung auch Gelegenheit, den Teamgeist zu stärken und das Miteinander zu pflegen.
Gemeinsame Momente, geprägt von Freude, Lachen und kameradschaftlichem Austausch, rundeten das Wochenende ab und unterstrichen einmal mehr den starken Zusammenhalt innerhalb des Ausschusses. Mit einem klaren Blick auf die kommenden Jahre und vielen neuen Impulsen blickt die Sektion Seis motiviert in die Zukunft.



Überraschungsbesuch im Etschtal

Damit hatte niemand gerechnet: Umso größer war die Freude, als Christian, ein deutscher Urlauber, und seine Frau in der Sektion Etschtal vorbeischauten, um sich persönlich zu bedanken. Ein paar Monate zuvor hatte Christian während seines Urlaubs in Terlan einen Herzstillstand erlitten. Dank aufmerksamer Wanderer und des schnellen Eingreifens der Sanitäter, der Bergrettung und des Aiut Alpin überstand er den Notfall ohne bleibende Folgen. Bereits wenige Stunden nach dem Einsatz erhielten die Einsatzkräfte im Etschtal von der Guardia di Finanza die erfreuliche Nachricht, dass der Patient extubiert worden war.

Beim Wiedersehen wurde viel gelacht und erzählt. Die Sanitäter erfuhren, wie sein Weg nach dem Notfall weiterging, während Christian und seine Frau jene Menschen kennenlernen konnten, die an diesem Tag sein Leben gerettet haben. Gemeinsam stießen sie auf das Leben, das Ehrenamt und die zweite Chance an.







Gemeinschaftsübung stärkt Kompetenz!

Eine Kurve an der Staatsstraße zwischen Prad und Stilfserbrücke, ein simulierter Unfall mit Radfahrern, Motorrad und LKW – und mittendrin fünf Organisationen, die an einem Strang ziehen: So sah am 9. Mai die Gemeinschaftsübung von WK Sulden, WK Prad, FF Prad, FF Stilfs und BRD Prad aus. Bewusst wurde ein Ort gewählt, an dem Straße und Radweg parallel verlaufen – eine realistische Herausforderung, wie sie im Ernstfall vorkommen könnte. Während die Feuerwehr den Verkehr einspurig vorbeileitete, alarmierten die Übungskoordinatoren gegen 14:00 Uhr das erste Einsatzmittel des WK Prad. Nach und nach rückten beide Feuerwehren, die Bergrettung sowie weitere Kräfte aus Prad und Sulden nach.
Konzentriert und eingespielt kümmerten sich alle gemeinsam um die Versorgung der "Verletzten" – ein starkes Beispiel für gelebte Zusammenarbeit. Denn nur wer übt, kann im Ernstfall sicher und strukturiert handeln. Danke an alle, die mitgewirkt und organisiert haben!

Offene Türen in Überetsch



Am „langen Donnerstag“ in Kaltern beteiligte sich am 9. Juli auch die Jugendgruppe der Sektion Überetsch. Unter dem Motto “Unsere offenen Türen” gewährten dabei zahlreiche Vereine, Institutionen und Betriebe einen Blick hinter die Kulissen. Am Infostand des Weißen Kreuzes herrschte reges Interesse.
Die Jugendlichen stellten eines der Einsatzfahrzeuge vor und Interessierte konnten die Herz-Lungen-Wiederbelebung an einer Reanimationspuppe zu üben – ein Angebot, das zahlreiche Besucherinnen und Besucher jeder Altersgruppe gern genutzt haben. So wurde der Abend zu einem vollen Erfolg!

Abenteuer, Spaß und Teamgeist!



Der 1. August war für die Sektion Unterland ein ganz besonderer Tag: Sektionsausflug! Er begann gesellig mit einer morgendlichen Stärkung mit frischen Gipfelen und Kaffee. Danach ging’s für die Freiwilligen und Angestellten nach Meran, wo bereits das erste Abenteuer wartete. Hinter den Mauern der ehemaligen Herz-Jesu-Kirche am Sandplatz konnten sie im Escape Room und bei einem Detektivspiel ihr Geschick und ihren Spürsinn unter Beweis stellen. Anschließend ging es mit der Seilbahn Falzeben hinauf in das Wandergebiet von Meran 2000 und von dort zu Fuß weiter zur Meraner Hütte zum Mittagessen, das sich mit Plaudereien, Kartenspielen und viel Spaß mehrere Stunden hinzog. Am späten Nachmittag ging es dann wieder nach Hause – nach einem gelungenen Tag voller Spaß, Abenteuer und Teamgeist.



Eine mehr als **beeindruckende Leistung**

Der Samstag-Nachtdienst in der Sektion Ahrntal hatte 33 Jahre lang einen Namen: Walter Fischer. Seinen ersten Einsatz fuhr er am 16. Mai 1993 – es war der erste Einsatz überhaupt der Sektion Ahrntal, die gerade am Tag zuvor eigenständige Sektion geworden war. Seinen letzten fuhr er an seinem 65. Geburtstag. In all diesen Jahren war sein Dienst der Samstag-Nachtdienst. Die Tage, an denen er gefehlt hat, lassen sich wohl fast an einer Hand abzählen.
Beim letzten Nachtdienst, aufgrund der Altersbeschränkung, überraschten wir Walter mit einer kleinen Feier. Beim gemütlichen Beisammensein tauschten wir Erinnerungen an die Anfangszeiten aus und schmunzelten über so manche gemeinsamen Erlebnisse aus früheren Zeiten.





Danke Walter, und wir freuen uns sehr, wenn wir auch weiterhin noch viele Jahre auf deine Verlässlichkeit, deine Hilfsbereitschaft und deinen Humor zählen dürfen.



Rochusfeier 2026

Am 16. August fand heuer wieder die traditionelle Rochusfeier der Sektion Überetsch statt – zu Ehren des heiligen Rochus, Schutzpatron des Weißen Kreuzes. Es war wieder ein besonderer Tag der Verbundenheit und Dankbarkeit für die ganze Sektion und die Ehrengäste Vizebürgermeister Christian Ambach und Altbürgermeisterin Gertrud Benin.

Ein besonderer Dank gilt Dekan Alexander Raich für die würdige Gestaltung der Feier sowie Margareth Greif für die musikalische Umrahmung. Ein herzliches Dankeschön geht auch an alle freiwilligen Helferinnen und Helfer sowie der Jugend- und Zivilschutzgruppe Überetsch. Durch ihre Unterstützung, ihren Einsatz und ihr ehrenamtliches Engagement leisten sie einen wertvollen Beitrag für unsere Gemeinschaft.



Pfiati Olaf

Am 05. Juli musste die Sektion Sulden Abschied von unserem langjährigen Freiwilligen, Freund und Wegbegleiter Olaf Reinstadler nehmen, der nach kurzer, schwerer Krankheit verstorben ist.
Olaf hat das Vereinsleben des Weißen Kreuzes Sulden über viele Jahre maßgeblich mitgeprägt. Mit seinem Engagement, seiner Hilfsbereitschaft und seiner Flexibilität war er stets eine verlässliche Stütze in der Sektion. Auch als langjähriger Leiter der Bergrettung Sulden setzte er sich mit großem Verantwortungsbewusstsein für die Gemeinschaft ein. Er war ein Mensch, der Großzügigkeit, Vernunft und Lebensfreude ausstrahlte.
Wir danken Olaf für seinen unermüdlichen Einsatz und werden ihn in würdevoller Erinnerung behalten.

Zusammenhalt stärken

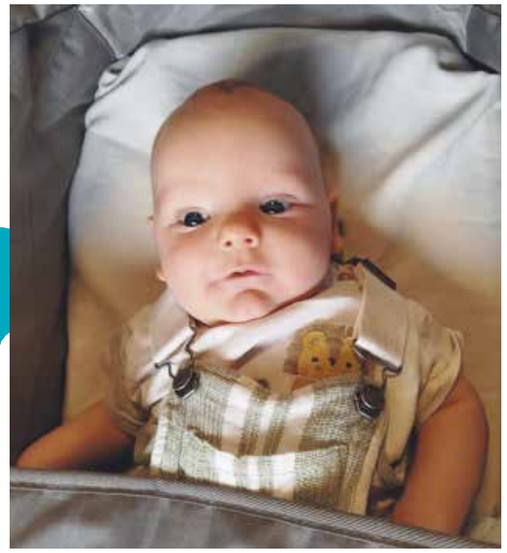
Bei bester Stimmung, Getränken und leckerem Gegrilltem haben die Freiwilligen und Angestellten der Sektion Sulden im August einen geselligen Sommertag verbracht. Auch wenn sich die Sonne nur zeitweise zeigte, ließ sich niemand die gute Laune verderben. Es wurde viel gelacht, geplaudert und die Gelegenheit genutzt, sich abseits des Einsatzalltags auszutauschen.
Solche gemeinsamen Stunden stärken den Zusammenhalt, fördern die Kameradschaft und machen die Gemeinschaft besonders. Ein herzliches Dankeschön geht an alle, die mit dabei waren und mit ihrer Mithilfe bei der Organisation zum Gelingen dieses schönen Tages beigetragen haben. Es war ein rundum gelungenes Grillfest, das allen noch lange in guter Erinnerung bleiben wird.



Viel **Freude** und **Glück!**



Die Sektion **Brixen** gratuliert ihren Freiwilligen **Patrick** und **Verena** von ganzem Herzen zur Geburt ihrer kleinen **Leonie**, die am 17. Mai 2026 das Licht der Welt erblickt hat.
Wir freuen uns mit euch über dieses große Glück und wünschen eurer kleinen Familie viele wertvolle gemeinsame Momente auf eurem weiteren Weg. Alles Gute für euch!





Auf einmal schlägt der Alltag Purzelbäume, Herzen schlagen höher. Kleines wird bedeutsam und ein Lächeln bedeutet die Welt.
Die Sektion **Sterzing** wünscht ihrem Freiwilligen **Stephan**, seiner **Anna** und den beiden Geschwistern **Gloria** und **Julian** alles Gute zur Geburt des kleinen **Johannes**.

Die besten Wünsche der Sektion **St. Vigil** gehen an ihren Freiwilligen **Hannes** zur Geburt des kleinen **Ben**.

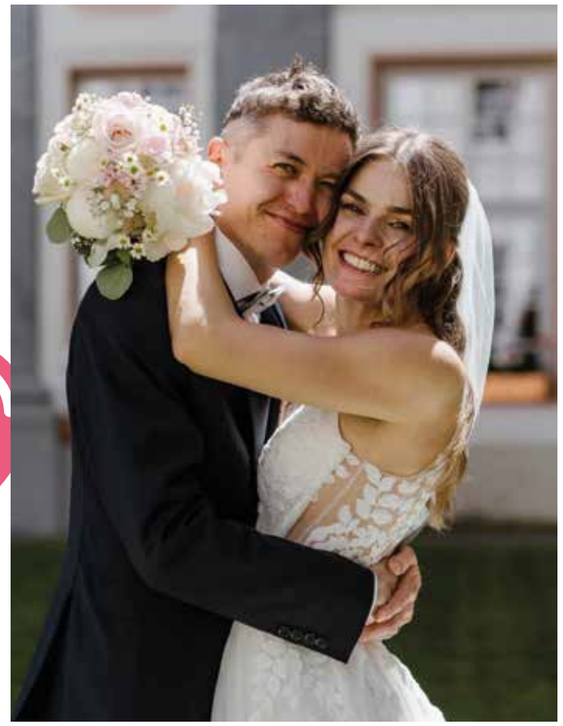
Von **Herzen** alles **Gute!**



Liebe liegt in der Luft – und Blaulicht im Herzen
Ende Juni hat die freiwillige Helferin und ehemalige Mitarbeiterin des Weißen Kreuzes Sektion Seis, **Lisa Stecher**, gemeinsam mit ihrem **Daniel** einen ganz besonderen Meilenstein gefeiert: Die beiden gaben sich das Ja-Wort.
Die gesamte Sektion **Seis** gratuliert Lisa und Daniel herzlich zur Hochzeit und wünscht ihnen für ihren gemeinsamen Lebensweg von Herzen alles Gute, Gesundheit, Glück und viele unvergessliche Momente. Mögen sie ihren Weg stets Hand in Hand gehen.

Zwei Menschen, eine Zukunft.
Zwei Seelen, ein Traum.
Zwei Herzen, eine Liebe.
Die Sektion **Sterzing** wünscht ihrer Mitarbeiterin **Sabrina Eisenstecken** alles, alles Gute zur Hochzeit mit ihrer **Claudia.**





Herzlichen Glückwunsch zur Hochzeit!
Von ganzem Herzen gratuliert das Weiße Kreuz **Brixen** zur Vermählung ihres Freiwilligen **Hannes** mit seiner **Sabine** am 4. Juli 2026 in der Kirche des Priesterseminars Brixen.
Liebe Sabine, lieber Hannes, wir freuen uns aufrichtig mit euch und wünschen euch für euren gemeinsamen Lebensweg von Herzen Liebe, Glück, Gesundheit und Gottes reichen Segen. Möge euch jeder Tag ein wenig näher zusammenführen und euer Weg von Zuversicht und Freude begleitet sein.
Alles erdenklich Gute für eure gemeinsame Zukunft!

Wir **gratulieren!**

KTS

Nadja Aberham (Brixen)
Silvia Demetz (Gröden)
Nadia Frener (Brixen)
Sanna Mair (Gröden)
Sara Perathoner (Gröden)
Verena Psenner (Brixen)
Silvano Saller (Gröden)
David Silva (Gröden)
Gabriel Stuffer (Gröden)
Marion Untersulzner (Brixen)

RDS

Laurin Demetz (Gröden)
Damian Insam (Gröden)
Stephanie Insam (Gröden)
Philip Kerschbaumer
Eva Moroder (Brixen)
Maximilian Pederiva (Gröden)
Lisa Pretin (Gröden)

C-Kurs

Aaron Bacher (Brixen)
Sabrina Eisenstecken (Sterzing)
Hanna Pircher (Brixen)
Nicol Pitschieler (Gröden)
Marion Tauber (Gröden)





Foto links: Daminan Insam
Foto oben: Maximilian Pederiva

Die Sektion **Gröden** kann gleich 14-mal zur bestandenen Ausbildung gratulieren! Die Freiwilligen Lisa, Stephanie, Maximilian, unser Angestellter Damian und unsere Zivis Eva und Laurin haben erfolgreich die RDS-Ausbildung abgeschlossen. Zur bestandenen KTS-Ausbildung gratuliert das Sektionsteam Sara, Silvia, Sanna, Gabriel, David und Silvano und zum abgeschlossenen C-Kurs den Angestellten Nicol und Marion.

Wir wünschen euch weiterhin alles Gute und viel Freude beim Ausüben eurer Tätigkeit bei uns!





Foto links: Nicol Pitscheider und Marion Tauber

Foto oben: Lisa Pretin und Stephanie Insam







Foto links oben: Silvano Saller
Foto rechts oben: Gabriel Stuffer, Sara Perathoner, Silvia Demetz und Sanna Mair
Foto links unten: Laurin Demetz und Eva Moroder



Die Sektion Sterzing wünscht Sabrina Eisenstecken alles Gute zum bestandenen C-Kurs.

Die Sektion **Brixen** kann zahlreichen neuen Freiwilligen zum Abschluss ihrer Ausbildung gratulieren.
Zur KTS-Ausbildung gratuliert das ganze Team Nadia Frener, Verena Psenner, Marion Untersulzner und Nadja Aberham, zur RDS-Ausbildung gehen die Glückwünsche an Philip Kerschbaumer und zum bestandenen C-Kurs an Hanna Pircher und Aaron Bacher.

Ihr habt Zeit, Einsatz und viel Engagement investiert, um euch das nötige Wissen und Können anzueignen – das verdient große Anerkennung. Wir freuen uns, euch im Team zu haben, und wünschen euch für euren Dienst in der Sektion Brixen von Herzen alles Gute: viele wertvolle Erfahrungen, ein gutes Miteinander und stets eine sichere Rückkehr von jedem Einsatz. Willkommen im aktiven Dienst – wir sind stolz auf euch!

Impressum/*Colophone*

Herausgeber und Eigentümer
Editore e proprietario

Landesrettungsverein
Weißes Kreuz – *Croce Bianca*,
Via Lorenz-Böhler-Str. 3
I-39100 Bozen – *Bolzano*

Redaktion/*Redazione*
Marketing und Kommunikation
Marketing e Comunicazione
live@wk-cb.bz.it
Tel: +39 0471 444 360

Foto: Congerdesign, Daniele Fiorentino, Pixabay, Veer Sajid, Shutterstock, WK Archiv, Harald Wisthaler

Verantwortlich im Sinne des Pressegesetzes *Direttore responsabile Dr. Ivo Bonamico*

„Weißes Kreuz LIVE", Heft 4/2026, erscheint im September 2026, fld. Nr. 141 (Aut. Pres. Trib. BZ Nr. 30/96 R. St.; 17.12.96). Erscheint sechs Mal jährlich, im 28. Jahrgang.

"Croce Bianca LIVE", 1a 4° edizione 2026, settembre 2026, edizione n. 141 (aut. pres. trib. BZ n. 30/96 R. St.; 17.12.96). Viene pubblicato sei volte all'anno, nel 28° anno.

Auflage/*Tiratura:* 5.000
Versand über P. A. Nachdruck und Verbreitung, auch auszugsweise, nur mit Einwilligung des Hrg. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die persönliche Meinung des Autors wieder.

Spedizione postale. Riproduzione, anche parziale, solo previa autorizzazione dell'editore. Gli articoli firmati rispecchiano l'opinione personale dell'autore.

Numero ROC 24921

Grafisches Konzept
Idea e progetto grafico
hannomayr.communication, Bozen-Bolzano

Satz/*Impaginazione*
Marketing und Kommunikation

Druck/*Stampa*
Athesia Druck, Bozen – Gedruckt auf / *stampato su carta*
PEFC® 80 Gramm

PEFC
PEFC/18-31-166
PEFC-zertifiziert
Dieses Produkt stammt aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern, Recycling und kontrollierten Quellen
www.pefc.org

Whistleblowing-Kanal
Canale Whistleblowing
https:// sl1nk.com/nto5lne



Thank you

Ein Zivildienstjahr geht bald zu Ende.
Wir sagen DANKE
und wünschen unseren 40 Zivis alles Gute!

Un anno di servizio civile giunge al termine.
Grazie di cuore e un grande in bocca al lupo
ai nostri 40 volontari nel Servizio civile!