



LIECHTENSTEINISCHES ROTES KREUZ

Menschen. Retten. Leben.

Leitfaden des Liechtensteinischen Jugendrotkreuz (JRK)

Erstellt: November 2025 | EK

1. Einleitung

Das JRK ist eine dynamische Jugendorganisation des Liechtensteinischen Roten Kreuzes, die Freiwilligen die Möglichkeit gibt, sich aktiv für die Gesellschaft einzusetzen und wertvolle Fähigkeiten zu erwerben. Das JRK ist Teil des Liechtensteinischen Roten Kreuz (LRK). Dieses Reglement dient als Orientierung für alle Beteiligten, fördert ein respektvolles und engagiertes Miteinander und basiert auf den sieben Grundsätzen des Roten Kreuz:

- Menschlichkeit
- Unparteilichkeit
- Neutralität
- Unabhängigkeit
- Freiwilligkeit
- Einheit
- Universalität

Aufgrund der hohen Vereinsdichte in Liechtenstein besteht bereits ein vielfältiges Angebot an Freizeit-, Bildungs- und Sozialaktivitäten. Das JRK versteht sich daher nicht als Konkurrenz, sondern als Ergänzung und Vermittler innerhalb dieser Landschaft.

Unser Ziel ist es, in Kooperation mit bestehenden Organisationen Projekte zu entwickeln und durchzuführen, um Angebotslücken zu schliessen und neue, sinnvolle Beteiligungsmöglichkeiten für Jugendliche zu schaffen.

Eigene Projekte oder ähnliche Aktivitäten zu bestehenden Angeboten sind jedoch nicht ausgeschlossen, sofern sie einen erkennbaren Mehrwert schaffen oder bestehende Initiativen sinnvoll erweitern.

2. Definitionen

Freiwilliges und Soziales Engagement



LIECHTENSTEINISCHES ROTES KREUZ

Menschen. Retten. Leben.

Freiwilliges Engagement im JRK erfolgt unentgeltlich und aus eigenem Antrieb. Es ist Ausdruck von Humanität, Solidarität und Verantwortungsbewusstsein gegenüber Mitmenschen und Umwelt. Soziales Engagement bedeutet zugleich, sich aktiv für andere und für die Gesellschaft einzusetzen ohne den eigenen Vorteil in den Vordergrund zu stellen. Es umfasst Tätigkeiten wie die Unterstützung von benachteiligten Gruppen, die Mithilfe bei gemeinnützigen Projekten oder den Einsatz für Umwelt und Gemeinschaft. Damit leisten Jugendliche im JRK einen wertvollen Beitrag zum Zusammenleben in der Gesellschaft und entwickeln zugleich wichtige persönliche Kompetenzen wie Empathie, Teamfähigkeit und Verantwortungsbewusstsein.

Jugend

Jugendliche im JRK sind Personen im Alter von 15 bis 30 Jahren. Sie bringen ihre Zeit, Fähigkeiten und Kreativität freiwillig ein, um gesellschaftlich wirksam zu sein. Freiwillige, die bereits aktiv sind und das 30. Lebensjahr überschreiten, können sich dennoch weiterhin an den Aktivitäten beteiligen.

Freiwilligenarbeit im Sinne des Roten Kreuz:

- erfolgt regelmässig oder punktuell.
- basiert auf gegenseitigem Respekt und klaren Abmachungen.
- wird bei Bedarf professionell begleitet.
- umfasst Mitgestaltungsmöglichkeiten und Weiterbildungen.
- erfährt Anerkennung (z. B. Bestätigungen, Teamaktivitäten).

3. Ziele

- Soziale Interaktion und gesellschaftliches Engagement: Wir bieten Jugendlichen die Möglichkeit, sich in sozialen Projekten zu engagieren und aktiv zur Gesellschaft beizutragen- sei es im direkten Kontakt mit älteren Menschen, bei Umweltprojekten oder im Rahmen integrativer Aktionen.
- Persönliche Entwicklung und Kompetenzerwerb: Die Teilnehmenden stärken durch ihre Mitwirkung soziale und kommunikative Fähigkeiten, entwickeln Eigenverantwortung und gewinnen an Selbstvertrauen (Projektarbeit, Teamaktivitäten und Austausch mit verschiedenen Generationen).
- Integration in das grösste humanitäre Netzwerk: Freiwillige lernen die humanitären Werte und Prinzipien der internationalen Rotkreuz- und Rothalbmondbewegung kennen und werden Teil des weltweit grössten humanitären Netzwerks.



LIECHTENSTEINISCHES ROTES KREUZ

Menschen. Retten. Leben.

- Teilnahme an nationalen und internationalen Veranstaltungen: Das JRK motiviert zur Mitwirkung an Vernetzungstreffen, Konferenzen und Camps z. B. innerhalb der DACHL-Runde oder des European and Central Asian Youth Network (ECAYN), um die Zugehörigkeit zur internationalen Bewegung zu stärken.
- Förderung des Generationendialogs: Projekte wie das Smart-Café oder die Besuche in Altersheimen ermöglichen Begegnungen zwischen Jung und Alt, tragen zum Verständnis zwischen den Generationen bei und stärken den sozialen Zusammenhalt.
- Bewusstsein für Nachhaltigkeit und Umweltverantwortung: Mit Projekten wie der Baumpflanzinitiative sensibilisieren wir junge Menschen für ökologische Verantwortung und fördern ein aktives Engagement gegen den Klimawandel.
- Engagement für psychische Gesundheit und Wohlbefinden: Zukünftige Angebote sollen helfen, psychische Belastungen zu enttabuisieren und Resilienz zu stärken. Sie vermitteln dazu konkrete Massnahmen und fördern das mentale Wohlbefinden von Freiwilligen und Zielgruppen.
- Raum für Mitgestaltung und Innovation: Jugendliche werden gezielt ermutigt, eigene Ideen einzubringen, neue Projekte zu initiieren und an der strategischen Entwicklung des JRK mitzuwirken.
- Förderung von Vielfalt, Inklusion und Integration: Das JRK spricht junge Menschen aller sozialen Hintergründe an und setzt sich für einen diskriminierungsfreien Zugang zu seinen Aktivitäten ein. Geplant sind auch Projekte zur Förderung sozialer Teilhabe und Chancengleichheit.

4. Tätigkeitsbereiche & Projekte

Das JRK bietet sowohl flexible als auch wiederkehrende Einsätze an, die sich an den Interessen und Möglichkeiten der Freiwilligen orientieren.

Bestehende Projekte:

- Smart-Café: In Kooperation mit dem Liechtensteinischen Seniorenbund helfen junge Freiwillige älteren Menschen beim Umgang mit digitalen Applikationen wie z. B. beim Einrichten von WhatsApp, der Nutzung von Instagram oder der Orientierung mit Google Maps. Ziel ist es, digitale Teilhabe zu fördern, den Generationenaustausch zu stärken und gemeinsam Freude zu erleben.
- Besuchsfreunde: In Zusammenarbeit mit dem Liechtensteinischen Alters- und Pflegeheim (LAK) verbringen die Freiwilligen Zeit mit den Bewohnern – bei Spaziergängen, Gesellschaftsspielen, Kaffeerunden oder einfach im Gespräch. Es geht darum, Nähe, Menschlichkeit und Zeit zu schenken. Die Besuche dauern ca. 2 Stunden und finden bisher gelegentlich statt.



LIECHTENSTEINISCHES ROTES KREUZ

Menschen. Retten. Leben.

- Baumpflanzinitiative: Nachhaltiges Umweltprojekt mit dem Ziel, Bewusstsein für den Klimawandel zu schaffen und konkrete ökologische Beiträge zu leisten.
- Sportliche Aktivitäten: Gruppenwanderungen, Sporttage oder Bewegungsaktionen zur Förderung von Gesundheit, Teamgeist und sozialem Austausch.
- Freiwilligenausflug: Jährliche Anerkennungsveranstaltung für Engagierte mit dem Ziel, den Teamgeist zu stärken, Erlebnisse zu teilen und Danke zu sagen.
- Zwei Infoveranstaltungen pro Jahr: Im Sommer und Winter findet jeweils ein offenes Treffen statt, bei denen neue Interessierte das JRK kennenlernen und sich mit aktiven Mitgliedern austauschen können. Diese Veranstaltungen dienen auch als Plattform für Rückblicke auf vergangene Aktivitäten, Ausblicke auf anstehende Projekte und bieten Raum für eigene Ideen, Mitgestaltung und die Entwicklung neuer Projektansätze durch Freiwillige.

Ausblick: Neue Projektfelder

In Zukunft sollen weitere Projekte in den Bereichen Integration, Umwelt, soziale Unterstützung, psychische Gesundheit und Prävention geprüft, entwickelt und angeboten werden. Ziel ist es, das Engagement von Jugendlichen auch dort zu fördern, wo gesellschaftliche Herausforderungen bestehen.

5. Teilnahme & Verbindlichkeit

Freiwillige entscheiden eigenständig, welche Projekte sie unterstützen möchten. Nach Anmeldung für ein Projekt wird die Teilnahme als verbindlich betrachtet, um Verlässlichkeit innerhalb der Gruppe sicherzustellen. Gleichzeitig soll das Engagement flexibel bleiben, um es mit Schule, Studium oder Beruf vereinbaren zu können. Langfristig wird angestrebt, dass engagierte Freiwillige mehr Verantwortung übernehmen und das JRK aktiv mitgestalten. Eine Einsatzvereinbarung ist möglich, aber nicht zwingend.

6. Rechte & Pflichten der Freiwilligen

Freiwillige haben das Recht auf:

- Eine klare Einführung in ihre Tätigkeiten.
- Regelmässige Information über Entwicklungen innerhalb des JRK.
- Unterstützung bei der Umsetzung eigener Ideen.
- Ein sicheres und respektvolles Umfeld.



LIECHTENSTEINISCHES ROTES KREUZ

Menschen. Retten. Leben.

Gleichzeitig verpflichten sie sich:

- Zuverlässig an vereinbarten Einsätzen teilzunehmen.
- Ihre Aufgaben gewissenhaft auszuführen.
- Respektvoll mit anderen Freiwilligen und betreuten Personen umzugehen.
- Vertrauliche Informationen zu wahren.
- Die Grundsätze des Roten Kreuzes zu achten.

7. Kommunikation & Öffentlichkeitsarbeit

Die interne Kommunikation erfolgt hauptsächlich über einen WhatsApp-Gruppenchat. Für die externe Kommunikation und Sichtbarkeit nutzt das JRK hauptsächlich Instagram. Zukünftig sollen Freiwillige verstärkt in die Öffentlichkeitsarbeit eingebunden werden, z. B. durch Content-Erstellung, Storytelling oder Eventkommunikation.

8. Finanzielle Mittel & Spesen

Das JRK finanziert sich über Spenden und Unterstützungsbeiträge. Die zur Verfügung stehenden Gelder werden für Projekte, Schulungen, Materialien, Öffentlichkeitsarbeit und gemeinsame Aktivitäten eingesetzt.

- Freiwillige erhalten keine finanzielle Entlohnung.
- Projektbezogene Spesen werden übernommen.
- Eine separate JRK-Kasse, gespeist durch Spenden, ermöglicht zusätzliche Ausflüge und Anerkennungsaktionen.

9. Versicherung & Datenschutz

Freiwillige sind während ihrer Einsätze über das JRK unfallversichert. Die geltenden Datenschutzbestimmungen werden eingehalten. Fotos und Videos von Aktivitäten werden nur nach ausdrücklicher Einwilligung der betreffenden Personen für interne Zwecke oder zur Veröffentlichung auf den Social-Media-Kanälen des JRK oder des LRK verwendet.

10. Anerkennung



LIECHTENSTEINISCHES ROTES KREUZ

Menschen. Retten. Leben.

Freiwillige erhalten auf Wunsch ein offizielles Zertifikat über ihr Engagement, sobald sie mindestens fünf Einsätze absolviert haben. Dieses kann z. B. für Bewerbungen im Lebenslauf genutzt werden.

11. Beendigung der Zusammenarbeit

Freiwillige können ihre Mitarbeit jederzeit beenden, wir bitten jedoch darum, dies möglichst frühzeitig mitzuteilen, um eine gute Übergabe und Planung zu gewährleisten. Das JRK behält sich vor, die Zusammenarbeit zu beenden, wenn gegen das Reglement oder die Grundsätze des Roten Kreuzes verstossen wird.

12. Schlussbestimmungen

Dieses Reglement wird regelmässig überprüft und an die Weiterentwicklung des JRK angepasst. Änderungen werden kommuniziert und rechtzeitig an alle Freiwilligen weitergegeben.

Die jeweils aktuellste Version tritt mit ihrer Veröffentlichung in Kraft und ersetzt alle vorhergehenden Versionen.