

# news

das magazin der

**DLRG**

*Jugend*



niedersachsen



Ausgabe  
1\_2012

**Impressum****Herausgeber:**

Landesjugendvorstand der  
DEUTSCHE  
LEBENS-RETTUNGS-GESELLSCHAFT  
Landesverband Niedersachsen e.V.

**V.i.S.d.P.**

Kai Maschke (KM)

**Redaktion:**

Kai Maschke (KM)  
Sarah Breithaupt (SB)  
Christoph Penning (CPE)

**Redaktionsanschrift:**

DLRG-Jugend Niedersachsen  
Im Niedernfeld 4a  
31542 Bad Nenndorf  
Tel.: 05723 - 79 81 0 - 0  
Fax: 05723 - 79 81 0 - 20  
www.nds.dlrg-jugend.de

**eMail:**

oeka@nds.dlrg-jugend.de

**Layout:**

Kai Maschke

**Druck:**

Heiber Druck & Verlag  
Feldhauser Str. 61  
26419 Schortens  
Tel. 04461 - 92 90 29

**Erscheinungsweise:**

dritteljährlich

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben  
nicht unbedingt die Meinung des LJV wieder.

**Hallo ihr Lieben!**

Ist denn schon wieder ein Jahr rum? Ja, denn die Landesmeisterschaften und das Landesjugendtreffen steht schon wieder vor der Tür. In diesem Jahr sind sie wegen der Osterferien ein wenig früher. Auch in diesem Jahr wollen wir euch dort eine ganze Menge bieten. Was das diesjährige Programm euch zu bieten hat findet ihr unter anderem auch in dieser **news** Ausgabe.

Weiterhin wollen wir euch in dieser Ausgabe aufmerksam machen auf die kommenden Freizeiten. Da wäre die Sommerfreizeit die auch in diesem Jahr wieder euch an die schöne Atlantikküste Frankreichs führt. Auch gibt es in diesem Jahr selbstverständlich das Pfingstcamp und eine Kinderfreizeit für die jüngeren unter euch. Die aktuellsten Infos zu unseren Seminaren findet ihr auf unserer Website unter [nds.dlrg-jugend.de](http://nds.dlrg-jugend.de) oder auch auf unserer Facebook-Seite [www.facebook.com/ndsdlrgjugend](http://www.facebook.com/ndsdlrgjugend).

Auch berichten wir euch über weitere Aktivitäten wie das Projekt Kindeswohlgefährdung. Wenn auch ihr gerne Artikel zu euren Veranstaltungen in der OG oder dem Bezirk hier veröffentlichen wollt, so reicht eine Mail an [oeka@nds.dlrg-jugend.de](mailto:oeka@nds.dlrg-jugend.de).

Viel Spaß beim Lesen wünscht euch  
Eure Landesjugend Niedersachsen

**INHALTSVERZEICHNIS****TATORT**

Kindeswohlgefährdung.....	4
Warum bist du dabei?.....	5

**ZUKUNFTSMUSIK**

Sommerfreizeit.....	7
---------------------	---

**JUGENDPOLITIK**

Pariser Platz - neben Champagner, Kavier und berühmten Politikern.....	8
--	---

**BEZIRKS INFOLINE**

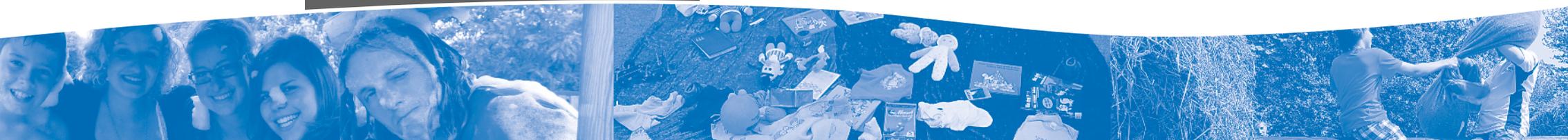
Jagd nach Strikes.....	9
------------------------	---

**LANDESJUGENDTREFFEN**

Programm des LJTr 2012.....	10
-----------------------------	----

**KRAUSTSALAT**

Neue haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiter/-innen.....	14
---	----



## Kindeswohlgefährdung

(André Schaadt) Am 04.02.2012 fand das Seminar über Kindeswohlgefährdung des Bezirks Cuxhaven-Osterholz in Hambergen statt. Das Seminar richtete sich sowohl an JuLeiCa-Inhaber zur Verlängerung, als auch an andere Interessierte.

Zum ersten mal fand im Bezirk Cuxhaven-Osterholz ein Seminar zum Thema Kindeswohlgefährdung statt. Das Seminar begann um 9:00 Uhr. Es begann mit einer kurzen Vorstellungsrunde und einem Spiel bei dem sich Teilnehmer nicht unterhalten durften. Danach ging es dann auch gleich mit den Inhalten weiter. Es wurde geklärt welche Bedürfnisse Kinder haben und wie diese verletzt werden können. Die Teilnehmer schrieben dazu Bedürfnisse auf und sortierten diese dann in Kategorien.

Nach dem Mittagessen ging es dann auch noch an die frische Luft, um bei einem weiteren Spiel das Vertrauen der Teilnehmer zu testen. Und auch zu gucken wer welchen Führungsstil verwendet. Die Teilnehmer fanden sich in 2-Teams zusammen. Einer musste sich die Augen verbinden. Der andere musste dann den „Blinden“ über das Gelände führen. Auch hier durften die Teilnehmer nicht sprechen. Wurden dann das Verhalten der verschiedenen Personen betrachtet. Wie verhalten sich Trainer, die selbst eigene Erfahrungen gemacht haben, wie verhalten

sich Trainer die keine eigenen Erfahrungen mit Gewalt gemacht haben. Auch wurde relativ gut demonstriert wie sich ein Täter verstellt und sich auch versucht herauszureden, wenn er denn erwischt wurde.

Zum Abschluss gab es noch eine Feedbackrunde.

Im nächsten Jahr wird es wieder ein Juleica-Seminar mit einem anderen Thema geben.



## Warum bist du dabei?

### Interview mit Projektgruppenmitgliedern Kindeswohlgefährdung

Kerstin Wehly, OG Peine

#### Ich bin dabei, weil:

„ich ein System mit schaffen möchte, dass Betreuern Hilfestellung und Betroffenen eine Anlaufstelle bietet.

Das bestes Ergebnis, dass wir erreichen können:

Ist das „erarbeitete Konzept mit all seinen Inhalten“

Wir brauchen noch mehr Unterstützung durch weitere Mitarbeiter/innen, weil

„viele Mitarbeiter/innen, viele neue Ideen beitragen können und das Thema Umgang mit Kindeswohlgefährdung alle betrifft. Und außerdem möchte ich mit erreichen, dass das Thema nicht verdrängt wird, nur weil man nicht weiß, damit umzugehen und keine Anlaufstelle kennt.“



Jan Steuber, OG Obernkirchen

#### Ich bin dabei, weil:

„Mir liegt das Thema Kindeswohl sehr am Herzen. Kinder und Jugendliche kommen in unseren Verband um ihre Freizeit hier zu verbringen und viel Spaß zu haben. Dabei sind die Jugendgruppenleiter-innen und Ausbilder-innen oft mehr als nur Betreuer-innen. Sie werden Freundinnen und Vertrauenspersonen. Daher ist es zum einen wichtig diese Personen zu informieren, was Kindeswohlgefährdung ist, wer im Verdachtsfall helfen kann und wie das aussehen kann. Zum anderen ist es wichtig, dass wir als DLRG-Jugend den Kindern und Jugendlichen einen



### Fortsetzung Warum bist du dabei?

angstfreien Raum bieten können, in dem sie ihre Freizeit gestalten können“

Das beste Ergebnis, dass wir erreichen können:

„Meiner Meinung nach ist bisher unser bestes Ergebnis, dass wir uns als Gruppe gefunden haben, unsere Berührungspunkte mit dem schwierigen Thema abgelegt haben, zusammen viel Spaß an der gemeinsamen Arbeit haben und viel lachen können.“

Wir brauchen noch mehr Unterstützung durch weitere Mitarbeiterinnen, weil

„es noch ein weiter Weg ist, bis wir unsere selbst gesetzten Ziele erreicht haben werden. Auf diesem Weg gibt es noch viel zu tun und mitzugestalten.“

Andrea Martin-Pieper, OG Rinteln

#### Ich bin dabei, weil:

„Ich bin überzeugt, dass Kinderschutz/Kindeswohlgefährdung ein wichtiges Thema ist, welches gesellschaftlich mehr Aufmerksamkeit benötigt.“

Das beste Ergebnis, dass wir erreichen können:

„Meiner Meinung nach ist bisher unser bestes Ergebnis, die Idee dieses Projekts Präsenz zu zeigen.“

Wir brauchen noch mehr Unterstützung durch weitere Mitarbeiter/innen, weil

„Ideen noch konkreter werden müssen und das Publikum werden noch in den Kinderschuhen steckt.“



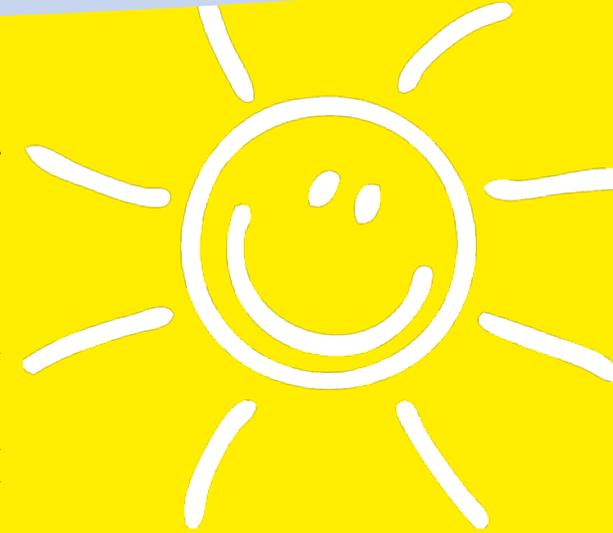
### Sommerfreizeit 2012

Neues Jahr – und ihr wisst immer noch nicht was ihr im Sommer machen sollt?

Dann haben wir genau das richtige für euch. Unsere neue und noch bessere Sommerfreizeit. Frankreich, das Land der Croissants, Baguettes und des Käses.. Doch es hat noch eine Menge mehr zu bieten. Der lange Sandstrand, direkt an der Atlantikküste, um nur ein Highlight zu nennen. Ihr möchtet 2

unvergessliche Wochen voller neuer Eindrücke, viel Spaß und ganz vielen neuen Freunden und das schönste, alles ohne eure Eltern? Dann seid ihr bei uns genau richtig. Auf unserem neuen Zeltplatz Le Pin Sec sind die Zelte bereits aufgebaut und alles bereit wenn wir ankommen.

Solltest du nun Lust haben deine Sommerferien mit uns in Frankreich zu verbringen, dann meldet euch schnell im LJS wo auch eure Eltern alle weiteren Informationen bekommen. Für euren Kalender gibt es schon mal den Termin: 09.08.2012-21.08.2012. Für 444€ bekommt ihr ein Zeltplatz mit bereits aufgebauten Zelten und Luftmatratzen, eine Anreise in einem vollklimatisierten Reisebus, Vollverpflegung (und die könnt ihr mitgestalten und aktiv in der Küche helfen) und das wichtigste: SPAß – ERHOLUNG – AKTION.. Also alles was für die perfekten Sommerferien notwendig ist!



## Pariser Platz - Neben Champagner, Kaviar und berühmten Politikern

(Benita Meyer) Zum Tag des Ehrenamtes gab es auch in diesem Jahr wieder die Verleihung des Förderpreises „Helfende Hand“ in Berlin. Die vom Bundesministerium des Innern ausgeführte Veranstaltung verfolgt das Ziel, das ehrenamtliche Engagement im Bevölkerungsschutz zu

fördern. Als kleines Dankeschön, sowie zur Anerkennung werden aus den vielen Rettungsorganisationen Deutschlands einige engagierte Mitglieder eingeladen. Als Vertretung der DLRG Jugend traf es in diesem Jahr Christoph Penning und Benita Meyer aus der OG Garrel. Also reisten die Zwei mit dem ICE nach Berlin und besuchten in schicker Garderobe das Kongresszentrum Axica am Pariser Platz. Die gemütliche Atmosphäre bot Gelegenheit zum intensiven Erfahrungsaustausch und gemeinsamen Feiern. Sehr interessant war auch ein paar DLRG-Mitglieder aus anderen Bundesländern kennenzulernen. Höhepunkt der Veranstaltung war die Auszeichnung nominierter Projekte und die Vergabe des Publikumspreises.

„Mit dem Preis verfolgen wir das Ziel, die im Bevölkerungsschutz ehrenamtlich Tätigen für ihr herausragendes Engagement besonders zu danken und zur Fortführung ihrer Arbeit anzuspornen“, würdigte Dr. Hans-Peter Friedrich, Bundesinnenminister, die Engagierten.

Neben den ca. 200 Gästen vor Ort haben über 1500 Interessierte die Verleihung im Internet verfolgt.

Leider war in diesem Jahr kein Projekt der DLRG nominiert. Daher sind wir momentan auf der Suche nach spannenden Projektideen, damit vielleicht die DLRG Niedersachsen 2012 vom Bundesinnenminister geehrt wird.

Weitere Infos unter: <http://www.helfende-hand-foerderpreis.de/>



## Jagd nach Strikes

(CPe) Mit über 50 Teilnehmern wurde das Mega-Bowling-Center in Cloppenburg belagert – und das nicht ohne Grund. Zum ersten offiziellen Bezirksbowling hatte die DLRG-Jugend Oldenburger Land – Diepholz am 12. November 2011 geladen und es kamen 10 Teams, die sich zwei Stunden lang einen harten Kampf um „Strikes“ und „Spare“ lieferten. Den neu ins Leben gerufenen Bezirksbowling-Wanderpokal sicherte sich nach Auszählung aller Punkte die Ortsgruppe Delmenhorst vor dem Team des Bezirksjugendvorstandes auf dem zweiten und dem Team aus Ganderkesee auf dem dritten Platz. Die weiteren Plätze teilten sich die Teams aus Twistringen, Friesoythe, ein zweites aus Delmenhorst, Cloppenburg und Emstek.

Auch in 2012 möchte die Bezirksjugend wieder das Bezirksbowling ausrichten. Und 2012 soll die ganze Halle „voll gemacht“ werden!



## Programm des Landesjugendtreffens 2012

Auch in diesem Jahr wird euch wieder eine ganze Menge im Programm-Bereich des Landesjugendtreffens 2012 in Schortens geboten. In diesem Jahr findet alles unter dem Motto „50 Jahre Heldenschmiede“ statt. Die DLRG-Jugend Niedersachsen wird nämlich in diesem Jahr 50 Jahre alt und hat diesen vergangenen 50 Jahren so einige Alltags-Helden herangezüchtet.

Was ihr im Programm so unternehmen könnt, findet ihr hier:

### Werkstatt eines Helden

Ihr wolltet schon immer mal euer eigenes Superheldenkostüm basteln? Wolltet Ihr schon immer Arzt oder Polizist sein? Euer Rettungsschwimmerdasein präsentieren? Oder doch lieber Bommel und Freundschaftsarmbänder machen? Dann begeht euch in unsere Heldenschmiede! Wir freuen uns auf eure kreativen Superheldeneinfälle.

### Der beste Weg, ein Held zu werden

Nichts wird perfekt in einem Schritt. Die Zusammensetzung der unterschiedlichen Schritte macht die perfekte Mischung!

Ähnlich ist es bei uns. Natürlich werdet ihr in jedem Raum, an jedem Programmpunkt vieles lernen, aber nur unsere RALLYE fügt alles zu einer perfekten Heldenschmiede zusammen!

Wenn ihr unter unserer Anleitung die Heldenschmiede durchlauft, dann seid ihr am Ende ein wahrer HELD!

In jedem Raum und an jedem Programmpunkt wartet eine neue Herausforderung auf euch, die euch auf den richtigen Weg zum Helden führt!!!



### Auch Superhelden brauchen einmal Entspannung...

Die Heldenschmiede durchlaufen und jetzt Verspannungen???

Dann könnt ihr euch bei uns schön massieren lassen.

Gegen müde Augen vom Nightcenter gibt es bei uns Cremes und Peelings, die euch wieder zu einem frischen Aussehen verhelfen werden.

Und wenn ihr euch einfach nur ein bisschen nach dem Wettkampf ausruhen wollt, dann ist unsere Lesecke genau das Richtige für euch.

Wir freuen uns auf euch!

### Gender

Bei uns könnt ihr an einer Tjoste und beim Hauden-Lukas eure Kräfte messen. Außerdem könnt ihr hier in verschiedene Rollen schlüpfen, indem

ihr die Berufskleidung von Alltagshelden anprobiert. Schmiedet des Weiteren euren persönlichen Superhelden auf den die Welt noch gewartet hat.

### Sport und Spiel

Stärke deine Heldenmuskeln bei Sport und Spiel! Hier kannst du durch Wasserbomben- und Rettungsballweitwurf deine Geschicklichkeit unter Beweis stellen. Du bist so stark wie Asterix und Obelix? Kräfte messen steht beim Tauziehen auf dem Programm. Trete beim Menschenkicker in die Fußstapfen von Franz Beckenbauer oder Birgit Prinz.



**Fortsetzung Programm Landesjugendtreffen 2012****IKÖ**

Wer bin ich? Wer bist Du?

Wer bist du? Kenne ich dich überhaupt wirklich? Wie sieht dein Leben überhaupt aus? Solche Fragen stellst du dir beim Schwimmtraining, während du in der Mensa sitzt oder auf dem Weg nach Hause! Komm vorbei und entdecke wie vielfältig nicht nur du bist, sondern auch deine Umgebung und die DLRG Jugend Niedersachsen. Zeige wer du bist und gestalte dein individuelles Armband; baue deine Vorurteile ab und öffne die Tür zu einer neuen Welt!

**KI-WO**

„I feel good“, entdecke deine Gefühlswelt. Fühle dich heldenhaft und teste dich durch den Gefühlspark. Hole dir Informationen und erfahre, wie du stark sein kannst! Infos und Tipps rund um das Wohl der Kinder gibt es natürlich auch!

**Ausflüge****Phänomania**

Du denkst, ein Auto mit eigener Kraft anzuheben oder Elektrizität sichtbar zu machen sei praktisch unmöglich?

Im Phänomania schaffst du das kinderleicht, denn streng nach dem Motto „Probieren geht über Studieren“ kannst du hier eine Vielzahl an natürlichen Phänomenen erforschen.

Wie viel?: 5,50€

Wann?: Samstag, 09:15 Uhr – ca. 12:30 Uhr

**Friesisches Brauhaus zu Jever**

- Wie das Land, so das Jever. -

Bei dieser Führung wird gezeigt, wie aus Wasser, Gerstenmalz, Hopfenextrakt, Hefe und Hopfen das einmalige Jever Pilsener produziert wird und seinen friesisch-herben Geschmack erhält.

Wie viel: 7€

Wer?: 16 Jahre

Wann?: Freitag, 15 Uhr – ca. 17:15 Uhr

**Feuerwehrmuseum**

Von der Holzdrehleiter und dem Brandhorn bis zur heutigen digitalen Meldetechnik bietet dieses Museum einen großen Einblick in die historische Entwicklung der Feuerwehr.

Wie viel?: 3€

Wann?: 16:30 Uhr – ca. 18:15 Uhr

**Aquarium WHV**

Hier kannst du mehr als 250 Meerestierarten in insgesamt 500.000 Liter Wasser beobachten. Erstmals auf der Welt, werden hier auch Meerestiere präsentiert, die unter dem Eis der Antarktis bei 0°C-Wassertemperatur leben.

Wie viel?: 5,50€

Wann?: Samstag, 14:15 Uhr – ca. 17:30 Uhr

*Treffpunkt immer im Programmbereich am Infostand*

**Kinderbetreuung auf dem Landesjugendtreffen**

Auf dem Landesjugendtreffen wird es eine Kinderbetreuung geben. Alle Mitarbeiter/innen können hier ihre Kinder zur Betreuung geben. Betreuungszeiten sind Freitag und Samstag jeweils von 10 bis 18 Uhr.

Voraussetzung dass die Kinder unproblematisch selbst essen können oder aber die Kinder das Essen mit ihren Eltern einnehmen. Außerdem wird noch tatkräftige Unterstützung für die Kinderbetreuung gesucht.



## Neue haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiter/-innen

### Schatzmeister des Landesjugendvorstands Christopher Grimm

Moin moin,

wie schon seit Anfang der aktuellen Legislaturperiode geplant, habe ich seit September das Amt des Schatzmeisters kommissarisch übernommen. Ich bin mir meiner Verantwortung bewusst und werde meine Aufgaben nach bestem Gewissen im Sinne der DLRG-Jugend Niedersachsen ausführen.

Warum bin ich der neue Mann der Zahlen? Ich arbeite in Hamburg in einer konservativen Privatbank (keine Angst, das Geld ist sicher ;-)) und kenne mich daher mit Zahlen schon ganz gut aus. Parallel habe ich im Dualen-System Wirtschaftsinformatik studiert und konnte dort mein Know-how im Bereich Rechnungswesen und Controlling vertiefen. Folglich ist auch mein Lebensmittelpunkt die wunderschöne Hansestadt Hamburg.

Meine wichtigsten Stationen in der DLRG sind denke ich klassisch. Mehrere Jahre im Ortsjugendvorstand, zuletzt als Vorsitzender, und bis heute aktiv im Bezirksjugendvorstand, soweit die Zeit es erlaubt. Auch im Stammverband durfte ich meine Erfahrungen sammeln und eine fundierte Ausbildung absolvieren, bis aus Zeitgründen die Entscheidung zwischen der intensiven Arbeit im Stammverband oder der Jugend getroffen werden musste.

Auf der Landesebene bin ich nun seit einigen Jahren aktiv, die wichtigsten Meilensteine sind hierbei die Wahl zum stellvertretenden Revisor, meine Tätigkeiten als Teamer, die Leitung der Projektgruppe Disco sowie zuletzt die kommissarische Einsetzung als Schatzmeister. Ich freue mich, mit meinen Kolleginnen und Kollegen aus dem Jugendvorstand und dem LJS in der kommenden Zeit das Geschehen in der DLRG-Jugend Niedersachsen beeinflussen und unterstützen zu können. Es gibt immer genug zu tun, die Ziele klar vor Augen, fällt es nicht schwer sich zu motivieren.

Bei Fragen oder Anregungen könnt ihr Euch selbstverständlich gern bei mir oder im LJS melden. Ich freue mich schon jetzt auf die vielen Themen, Gespräche und Veranstaltungen in der Zukunft.

Beste Grüße und bis bald

Christopher



### Bildungsreferentin für Kommunikation, Verwaltung und Recht

Hallo, ich bin Katharina und arbeite seit dem 1. März 2012 im LJS.

Ich bin für Rechts- und Versicherungsfragen sowie Fragen zur Jugendordnung zuständig. Außerdem bringe ich mich im Bereich Freizeiten und JULEICA-Schulungen ein. Fragen, Ideen und Anregungen nehme ich jederzeit gerne per E-Mail oder Telefon entgegen. In meiner Freizeit betätige ich mich gerne sportlich oder lese ein gutes Buch.

Ich freue mich, von euch zu hören! Katharina

### PG-Leiter Disco Fabian Wolff

Hallo,

ich heiße Fabian Wolff, bin 23 Jahre alt und seit 13 Jahren aktives DLRG-Mitglied. Im Bezirk Celle, nehme ich Aufgaben im Ortsjugendvorstand der Ortsgruppe Celle sowie im Bezirksjugendvorstand wahr. Zurzeit arbeite ich als Elektroniker bei Baker Hughes INTEQ in Celle.

Seit nun knapp 5 Jahren gehöre ich zum Disco-Team der DLRG Landesjugend Niedersachsen, wo sich seit 2011 die Leitung von Christopher übernommen habe. Auf den Veranstaltungen und Treffen kümmere ich mich um die technischen Angelegenheiten, Organisatorisches, sowie um den Stromaufbau. Während den Partys nehme ich zusätzlich noch die Aufgabe des LJ's wahr. Zu den Veranstaltungen, die ich vom Disco-Team aus besucht habe, zählt bis jetzt nur das Landesjugendtreffen und die Deutschenmeisterschaften 2011 in Bremen.

So das war's von meiner Seite aus, wenn ihr Fragen habt meldet euch einfach oder man sieht sich mal auf einer Veranstaltung der DLRG Landesjugend Niedersachsen.

Da wir auf der Suche nach neuen Mitarbeitern im Disco-Team sind und wenn DU Interesse hast, dann melde dich bei mir.

Bis dahin und viele Grüße

Fabian Wolff – [fabian.wolff@niedersachsen.dlrjg-jugend.de](mailto:fabian.wolff@niedersachsen.dlrjg-jugend.de)



## KONTAKT

Die DLRG-Jugend Niedersachsen ist auf vielen Wegen zu erreichen:

### per Post

DLRG-Jugend Niedersachsen  
Im Niedernfeld 4a  
31542 Bad Nenndorf

### telefonisch

05723-79810-0

### per Fax

05723-79810-20

### per Mail

[ljs@niedersachsen.dlrg-jugend.de](mailto:ljs@niedersachsen.dlrg-jugend.de)

### mit der Bahn

#### ab HBF Hannover entweder über:

1. Weetzen-Barsinghausen oder
2. in Richtung Bielefeld/Rheine fahren und umsteigen in Haste, von dort eine Station bis Bad Nenndorf

#### aus Richtung Rheine:

in Haste umsteigen, von dort eine Station bis Bad Nenndorf. Fußweg vom Bahnhof Bad Nenndorf ca. acht Minuten.

### mit dem Auto

A2 aus Richtung Hannover bis Anschlussstelle Bad Nenndorf, rechts abfahren auf die B65 Richtung Stadthagen/Minden

A2 aus Richtung Ruhrgebiet bis Anschlussstelle Bad Nenndorf, links abfahren auf die B65 Richtung Stadthagen/Minden

Weiter aus beiden Richtungen nach ca. 200m an der ersten Ampelkreuzung rechts auf die B442 Richtung Haste, Wunstorf und der Ausschilderung DLRG folgen (ca. 2km).

### Unsere Bürozeiten

DI	10 - 19 Uhr
MI	14 - 19 Uhr
DO	10 - 15 Uhr
FR	10 - 13 Uhr