



rotkreuz

Nachrichten

Ihr Mitgliederbrief Mai 2021



UNSERE THEMEN

- 100 Jahre Deutsches Rotes Kreuz
- Zeitzeugin: „Ich hab‘ alle motiviert“
- Im Einsatz für den kleinen Piks
- 3 Fragen an Prof. Dr. Peter Sefrin, Bundesarzt des DRK
- Wasservergnügen ohne Reue

Liebe Rotkreuz-Freunde,

inmitten einer andauernden Pandemie positive Nachrichten zu finden, ist gar nicht so einfach. Umso schöner ist deshalb das Jubiläum, das wir vor wenigen Tagen begehen konnten und über das wir in dieser Ausgabe berichten: 100 Jahre DRK. Das, wofür wir alle uns so engagiert stark machen, hat eine lange Tradition in Deutschland – und es wird auch in Zukunft eine entscheidende Größe in unserer Gesellschaft sein.

Wie wichtig unsere Hilfe ist, sehen wir Tag für Tag in den Corona-Impfzentren und Teststationen im ganzen Land. Ehrenamtlich Helfende des Roten Kreuzes Mönchengladbach übernehmen hier seit Monaten wichtige Aufgaben. Ihr unermüdlicher Einsatz verdient unseren Respekt und ist weiter jede Unterstützung wert. Wir bereiten alle gründlich vor und sorgen für die nötige (Schutz-)Ausrüstung – das sind wir den Helfenden schuldig.

Uns allen wünsche ich, dass wir gestärkt aus den Erfahrungen während der Corona-Pandemie hervorgehen. Ich persönlich freue

mich sehr auf den kommenden Sommer und blicke optimistisch auf das, was er für uns bereithält.

Bleiben Sie zuversichtlich, und lassen Sie uns gemeinsam für noch mehr positive Nachrichten sorgen – es lohnt sich.



Herzliche Grüße Ihr

Mike Boochs
Kreisgeschäftsführer

100 Jahre Deutsches Rotes Kreuz, im Dienst der guten Sache

Am 25. Januar 1921 entstand in Bamberg das DRK, wie wir es heute kennen. Gefeiert wird das Jubiläum unter dem Motto „Vielfalt in Einheit“.

Die Erfolgsgeschichte des DRK begann schon 1863: Damals wurde in Württemberg der erste deutsche Rotkreuzverein gegründet. Weitere folgten zunächst in Oldenburg, Hamburg und Preußen.

Dass das DRK am Weltrotkreuztag vor wenigen Tagen trotzdem erst sein 100-jähriges Bestehen feierte, hat einen guten Grund: „Am 25. Januar 1921 schlossen sich die deutschen Rotkreuzlandesvereine in einem Dachverband zusammen, der das gesamte Rote Kreuz in Deutschland vertritt“, erklärt DRK-Präsidentin Gerda Hasselfeldt: „Seitdem gibt es das DRK, wie wir es heute kennen.“ Aktuell vereint es 19 Landesverbände und den Verband der Schwesternschaften vom DRK unter einem Dach, mit Sitz in Berlin.

Nach der entscheidenden Sitzung im Alten Rathaus in Bamberg engagierte sich das DRK unter anderem in der Wohlfahrtsarbeit und baute insbesondere den Rettungsdienst aus. Die Unterstützung für diesen Einsatz ist enorm: Heute hat das DRK fast drei Millionen Fördermitglieder, die dafür sorgen, dass DRK-Teams überall in Deutschland auf vielfältige Weise helfen können. In den Bereitschaften, der Wohlfahrts- und Sozialarbeit, dem Jugendrotkreuz, der Bergwacht und der Wasserwacht sind rund 180.000 hauptamtlich Beschäftigte und mehr als 443.000 ehrenamtlich Helfende aktiv.

„Es ist sehr erfreulich, dass die Zahl der Ehrenamtlichen in den vergangenen 15 Jahren gestiegen ist“, betont Hasselfeldt. Das ehrenamtliche Engagement spiele im



Foto: DRK e.V.

Nachkriegszeit in Deutschland um 1945: Versorgung von Flüchtlingen durch das DRK

DRK von Anfang an eine sehr große Rolle, so die DRK-Präsidentin weiter. Sie sei überzeugt, „dass es künftig noch mehr an Bedeutung gewinnen wird, wenn es darum geht, den gesellschaftlichen Zusammenhalt in Deutschland zu stärken“. In Notsituationen wie jetzt während der Pandemie seien es die Wohlfahrtsverbände und Hilfs-

organisationen, die „ohne zu zögern auf allen Ebenen Unterstützungen anbieten – mit hoher fachlicher Kompetenz und menschlicher Zuwendung“.

Informationen über die DRK-Arbeit in Mönchengladbach finden Sie unter www.drk-mg.de

Zeitzeugin: „Ich hab‘ alle motiviert“

Zeitzeugen des Deutschen Roten Kreuzes

Unsere Zeitzeugen

- Christoph Brückner
- Hedemane Dienstkamp
- Wolfgang Georg

Lotte Müller, geboren 1935, gründete Anfang der fünfziger Jahre in Staffort bei Karlsruhe eine Bereitschaft und einen DRK-Ortsverein – damals noch unter einfachsten Verhältnissen. „Ich hab‘ die alle motiviert“, sagt Müller. Diese Fähigkeit war während ihrer langen Laufbahn im Roten Kreuz immer eine ihrer Stärken, bei zahllosen Auslandseinsätzen ebenso wie als Bundesbereitschaftsleiterin. Als man sie 2010 – damals war sie bereits über siebzig – fragte, ob sie noch einmal den Vorsitz im

Ortsverein übernehmen würde, sagte Müller wie selbstverständlich zu. Den Vorsitz hat sie bis heute, und sie erklärt auch warum: „Das Rote Kreuz war für mich stets ein Sinnbild für gesellschaftlichen Zusammenhalt.“

Auf www.drk.de/zeitzeugen erzählen Rotkreuzler Ihre Geschichten und lassen ihre ganz persönlichen Erinnerungen und ihre Vergangenheit lebendig werden.

Im Einsatz für den kleinen Piks

Nach dem bundesweiten Engagement beim Testen spielt das DRK auch beim Impfen gegen das Coronavirus eine entscheidende Rolle. In Impfzentren in ganz Deutschland sind mehr als 4000 DRK-Kräfte im Einsatz, ein großer Teil davon hilft ehrenamtlich.

Wie stark und in welcher Verantwortung sich das Rote Kreuz engagiert, unterscheidet sich je nach Bundesland, denn die Länder sind für die Impfungen zuständig. Überall in der Republik beteiligten sich DRK-Teams gleich zu Beginn der deutschen Impfkampagne daran, Impfzentren zu planen, aufzubauen und zu betreiben. Seitdem unterstützen sie bei der Infrastruktur und mit Material, beispielsweise mit Fahrzeugen, sie rekrutieren Personal oder beraten bei der Organisation eines Impfzentrums. Teilweise ist das DRK auch mit der gesamten operativen Durchführung der Impfungen in Zentren und mobilen Teams beauftragt. Anfang März waren Helfende des DRK in mehr als 300 der über 400 Impfzentren in ganz Deutschland aktiv. Fast 70 dieser Impfstellen wurden komplett in DRK-Verantwortung betrieben. Hinzu kamen mehr als 170 mobile Impfteams. Organisiert wird der beeindruckende Einsatz von den DRK-Landes- und Kreisverbänden unter Beteiligung des Verbands der Schwesternschaften. In Berlin etwa koordiniert das DRK alle sechs Impfzentren der Stadt und hat in zwei von ihnen



Foto: Sven Rogge/DRK LV Sachsen

Das DRK ist bundesweit bei Planung, Aufbau und Betrieb der Impfzentren beteiligt

auch die komplette Verantwortung als Betreiber. Diese komplexe Aufgabe hat der DRK-Kreisverband Müggelspree übernommen – der dabei auf zahlreiche ehrenamtlich Helfende wie Susanne Haese bauen kann. Die 37-jährige OP-Schwester ist seit 2004 beim DRK und jetzt als Bereitschaftsleiterin für den Kreisverband aktiv. Seit dem 27. Dezember 2020 engagiert sie sich regelmäßig im Corona-Impfzentrum Arena Berlin – vor allem an den Wochenenden.

„Wir sind für die Erste-Hilfe-Station verantwortlich und betreuen auch den Wartebereich, in dem alle Geimpften anschließend noch 30 Minuten bleiben“, sagt Haese. Zu tun gibt es genug – selten wegen der Impfung, sondern meist, weil jemandem schwindelig oder unwohl wird. „Die Aufregung, die Luft in der großen Halle, und viele trinken auch einfach zu wenig“, nennt Haese die häufigsten Gründe. Jede ihrer Schichten dauert bis zu neun Stunden, an den Wochenenden sind jeweils sechs bis zehn ehrenamtliche DRK-Kräfte im Einsatz.

Warum sie das macht? „Ich möchte aktiv helfen, gegen die Pandemie anzukämpfen“, erklärt Haese: „Wir alle sehnen uns ja danach, endlich wieder ein normales Leben führen zu können.“ Die „unwahrscheinlich große Dankbarkeit“, die sie dafür von Geimpften und Angehörigen erfährt, bestätigt sie jedes Mal aufs Neue: „Viele danken uns, dass wir sie betreuen, auf den Wegen zwischen Eingang, Impfkabine und Wartezone begleiten und auf sie aufpassen – teilweise unter Tränen, das ist ganz rührend.“ Auch deshalb will Susanne Haese auf jeden Fall weitermachen: „Solange das Impfzentrum betrieben wird, bin ich dabei.“

Aktuell helfen jede Woche rund 30 Helfer des DRK Mönchengladbach im Impfzentrum am Nordpark. Zusätzlich testen 3 weitere Helfer in städtischen Einrichtungen auf das Corona-Virus um bei Besuchern, Bewohnern und Mitarbeitern für Sicherheit zu sorgen.

3 Fragen an Prof. Dr. Peter Sefrin, Bundesarzt des DRK



Foto: Clemens Billar/DRK

Prof. Dr. Peter Sefrin ist Bundesarzt des DRK. Der 79-Jährige arbeitet im bayerischen Corona-Krisenstab mit und gehört zur Leitung des Impfzentrums Würzburg

Prof. Sefrin, sind Sie geimpft?

Ja, durch meine Tätigkeit als Notarzt im Rettungsdienst gehörte ich zur Gruppe eins mit der höchsten Priorität. Ich wurde Anfang Januar geimpft – und habe übrigens keine Nebenwirkungen gehabt.

Das ehrenamtliche Engagement der DRK-Kräfte in den Impfzentren ist enorm. Wie werden sie auf den Einsatz vorbereitet?

Wir haben ein Konzept für eine zweistündige Ausbildung für alle Helfenden geschrieben. Sie müssen nicht nur lernen, die Spritze zu verabreichen, und über die Impfstoffe informiert sein, es geht vor allem um ihren persönlichen Schutz. Zudem vermitteln wir, wie sich Impfreaktionen erkennen lassen und wie die zu impfenden Personen richtig betreut werden.

Lange Zeit herrschte große Skepsis gegenüber den Impfstoffen, auch

wegen ihrer schnellen Zulassung. Wie haben Sie als DRK-Bundesarzt das erlebt?

Vor allem als über zurückhaltende Impfbereitschaft von Pflegekräften berichtet wurde, glaubte ich, reagieren zu müssen. Ich habe in einem Landesrundsreiben eine Argumentationshilfe formuliert, mit der auf die häufigsten Kritikpunkte und die Angst vor negativen Folgen reagiert werden kann. Fundierte Informationen und Aufklärung sind in solchen Fällen das Wichtigste. Aus meiner Sicht sollte das Impfen nicht nur für DRK-Mitarbeitende und Pflegekräfte eine solidarische Selbstverständlichkeit sein. Nur wenn Menschen impfbereit sind, werden wir das Virus besiegen.

Haben auch Sie Fragen? Mehr zur Impfung gegen Corona erfahren Sie unter www.drk.de/coronaimpfung



Wasservergnügen ohne Reue

In diesem Jahr ist beim Badespaß besondere Vorsicht geboten: Durch die Corona-Pandemie sind die meisten Schwimmkurse ausgefallen und viele Kinder können nicht richtig schwimmen.

Wettschwimmen, Kopfsprung oder spannendes Treiben auf der Luftmatratze: Wenn die Temperaturen steigen, zieht das kühle Nass Jung und Alt geradezu magisch an. Doch jedes Jahr verunglücken auch hunderte Menschen bei Badeunfällen. Da aufgrund der Pandemie in den vergangenen Monaten die meisten Schwimmkurse ausfallen mussten, können außerdem in diesem Jahr besonders viele Kinder und Jugendliche nicht richtig schwimmen.

Bei Badeausflügen sollten Kinder deshalb besonders im Blick behalten werden. Erleichtert wird dies, wenn die Kleinen eine weithin sichtbare und auffällige Kopfbedeckung tragen. Nichtschwimmer sollten am Ufer bleiben. „Als schwimmfähig gilt erst, wer mindestens das Schwimmabzeichen Bronze hat,“ erklärt Andreas Paatz, Bundesleiter der DRK-Wasserwacht. Hierfür müssen 200 Meter am Stück geschwommen, nach einem Gegenstand in zwei Metern Tiefe getaucht und kopfwärts ins Wasser gesprungen werden.

Aber auch Erwachsene überschätzen mitunter ihre Kräfte: Wer nur im Sommer schwimmt, sollte nicht gleich versuchen

einen ganzen See zu überqueren. Erst mit Wissen und Übung ist eine angemessene Selbsteinschätzung möglich: „Die meisten Badeunfälle hängen mit Überschätzung der eigenen Schwimmfähigkeit und Leichtsinn zusammen und passieren in natürlichen Gewässern wie Meeren, Seen und Flüssen.“ so Paatz. Eine weitere häufige Ursache für Badeunfälle sind Unterkühlungen. Anzeichen sind oft blaue Lippen, weil sich die Blutgefäße zusammenziehen. Selbst bei geübten Schwimmern kann es dabei zu einer körperlichen Kettenreaktion kommen, die zum Ertrinken führen kann – von Muskelverkrampfungen bis hin zum Herzinfarkt. Da Ertrinkende oft in Panik geraten und sich an jedem greifbaren Gegenstand festzuhalten versuchen, sollte nur ausgebildetes Rettungspersonal bei Badeunfällen ins Wasser gehen. Indem dem Unfallopfer ein Rettungsring oder ein anderes schwimmfähiges Hilfsmittel zugeworfen wird, kann die Rettung vom Ufer aus gestartet werden. In jedem Fall sollte zunächst die Badeaufsicht informiert werden. Ist keine Aufsicht vor Ort, rufen Sie den Notruf über die Nummer 112 an.

Die DRK-Wasserwacht sichert mit etwa 140.000 Ehrenamtlichen in Deutschland 3000 Badegewässer. Baderegeln, Schwimmkurse und weitere Informationen finden Sie online unter www.drk.de/wasserwacht

Nicecream – das gesunde Trend-Eis

Köstlich und schnell gemacht: In nur wenigen Minuten steht Nicecream auf dem Tisch. In der Grundversion ist die leckere Abkühlung vegan, zuckerfrei und fettfrei.

So wird's gemacht:

Frieren Sie drei Bananen in Scheiben oder Stücken ein. Geben Sie die gefrorenen Früchte mit 3 EL Flüssigkeit (zum Beispiel Wasser oder Milch) in einen Mixer und pürieren Sie diese cremig. Fertig!

Anschließend können Sie Ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Verfeinern Sie die Nicecream zum Beispiel mit Kokosraspeln, Zimt, Nüssen, Kakao-Pulver, Schokostückchen, Ahornsirup, Joghurt, Minze oder anderen Früchten. Übrigens: Je reifer die Bananen, desto süßer das Eis.



Impressum

DRK-KV Mönchengladbach e. V.

Redaktion:

Mike Boochs,
Carsten Junghans

Vi.S.d.P.:

Mike Boochs

Herausgeber:

DRK-KV Mönchengladbach e. V.
Hohenzollernstr. 214
41063 Mönchengladbach
Tel.: 02161 46862 0
www.drk-mg.de
INFO@drk-mg.de

Auflage: 4.000