



rotkreuz

Nachrichten

Ihr Mitgliederbrief Mai 2024



UNSERE THEMEN

- Im Namen der Vielfalt
- „Wir sind keine Sprachpolizei“
- Ein (Aktions-)Tag für das Rote Kreuz
- Die 10 neuen Baderegeln für sicheren Wasserspaß

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

„das ist doch selbstverständlich“ – so oder ähnlich antworten viele in unseren DRK-Teams, wenn ich mit ihnen über ihre beeindruckende Arbeit spreche. Für sie ist es ganz normal, Hilfsbedürftigen beizustehen, sich in der Freizeit für andere einzusetzen – „keine große Sache“, sagen sie. Umso wichtiger ist es mir, dieses Engagement bei jeder passenden Gelegenheit zu loben. Unsere Gesellschaft kann auf die Bedeutung dieser uneigennützigsten Hilfe gar nicht oft genug hinweisen, und zwar nicht nur am Weltrotkreuztag, den wir jetzt wieder feiern.

Dass die Rotkreuz-Idee schon seit so vielen Jahrzehnten Bestand hat, bestätigt mich immer wieder. Gerade in Krisenzeiten zeigt sich, dass wir gemeinsam gut vorbereitet sind. Wir haben trainiert und trainieren weiter regelmäßig, dass wir selbst in extremen Situationen helfen können. Selbst dann, wenn mehrere Ausnahmeereignisse zusammenfallen. Wir können uns aufeinander verlassen – und darauf vertrauen ganz viele Menschen in unserer

direkten Nachbarschaft und überall auf der Welt. Mich macht das stolz, denn selbstverständlich ist das eben nicht.

Mit Blick auf den nahenden Sommer wünsche ich mir, dass wir mit neuer Energie weitermachen. Es gibt so viel zu tun, und wir werden umso mehr gebraucht. Gemeinsam können und dürfen wir zuversichtlich sein.



Herzliche Grüße Ihr

Mike Boochs
Kreisgeschäftsführer



© DRK-Service GmbH / A. Zeick

Im Namen der Vielfalt

Das DRK ist für alle da und für alle offen. Das sollte selbstverständlich sein, doch gibt es wirklich keine Barrieren? Keine Diskriminierung? Fühlen sich alle wertgeschätzt? Echte Diversität ist das Ziel, und es passiert viel, um dieses Ziel zu erreichen.

Vielfalt ist eine große Stärke. Das zeigt sich in der DRK-Arbeit jeden Tag. Je diverser die Teams sind, desto besser. Denn alle bringen etwas Individuelles ein – unterschiedliche Perspektiven, Erfahrungen, Fähigkeiten. So entstehen immer wieder gute Lösungen, um das gemeinsame Ziel zu erreichen: vorbehaltlos und ohne Unterschied allen Menschen beizustehen, die Unterstützung brauchen. „Insbesondere deshalb hat sich das DRK verpflichtet, Diversität aktiv zu fördern“, erklärt Dr. Luise Hilmers: „Das ist auch in der Strategie 2030 als Ziel verankert.“

Luise Hilmers ist Referentin für Diversität im DRK-Generalsekretariat, der Zentrale des Bundesverbandes in Berlin. Zusammen mit ihrer Kollegin Simone Oske arbeitet sie daran, das Thema im gesamten DRK noch stärker zu verbreiten, zu erklären und greifbar zu machen. „Wir bieten ein offenes und inklusives Umfeld, das alle Menschen anzieht“, erklärt sie – das ist die Kernbotschaft. Egal, ob Fachkräfte gesucht sind, neue hauptamtlich Beschäftigte oder Freiwillige und ehrenamtlich Helfende gebraucht werden – dafür sollen sich alle angesprochen fühlen, alle werden wertgeschätzt. Dabei ist es gleich, welche Herkunft oder Sexualität sie haben, wie alt sie sind, ob sie eine Beeinträchtigung mitbringen oder mit welchem Geschlecht sie sich identifizieren. „Diversität steht für all das und noch viel mehr“, betont Hilmers:

„Und wir alle profitieren davon.“ Die Projekte und Angebote dazu sind vielfältig. In einem Diversitätsleitbild etwa hat das Generalsekretariat den Stellenwert von Chancengleichheit, Inklusion und Antidiskriminierung für die eigene Organisation festgelegt. Darin sind auch Maßnahmen beschrieben, wie diese Ziele zu erreichen sind. Zudem ist der DRK Diversitäts-Check entstanden, mit dem alle Verbände selbst ermitteln können, wo sie mit Blick auf das Thema aktuell stehen. Und ein Strategiepapier beschäftigt sich damit, wie einzelne Einrichtungen des DRK diversitätssensible Pflege umsetzen können. Gleichzeitig haben mehrere Landesverbände Projekte gestartet: In Brandenburg zum Beispiel wurde eine Handreichung „Diversitätssensible Sprache“ erarbeitet, und der Landesverband Westfalen-Lippe hat unter anderem eine dreiteilige Schriftenreihe mit praktischen Tipps veröffentlicht.

„Es bewegt sich etwas“, freut sich Luise Hilmers: „Genau wie in unserer Gesellschaft generell, wird Diversität überall im DRK thematisiert.“ Wie wird ein Gespräch mit Beschäftigten diversitätssensibel geführt? Wie organisiert sich ein heterogenes Team? Und wie lässt sich eine Internet-Homepage barrierearm gestalten? Um all das zu bündeln und Formate für die DRK-Gliederungen und Einrichtungen zu entwickeln, wurde im April 2023 das Pro-

jekt „ESF- Rückenwind3: Diversität im DRK“ gestartet. Es läuft bis 2026 und wird im Rahmen des Programms „Rückenwind3“ vom Bundesministerium für Arbeit und Soziales und durch den Europäischen Sozialfonds (ESF) gefördert. In diesem Jahr werden bereits Workshops veranstaltet, wie Verbände ihr eigenes Diversitätsleitbild gestalten können. Zudem sind künftig Weiterbildungen und Qualifizierungen für Fach- und Führungskräfte im DRK geplant.

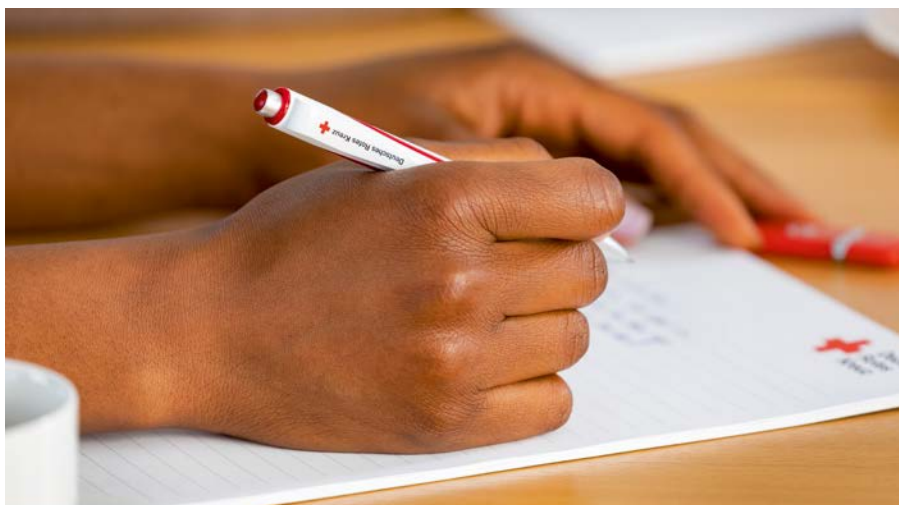
Luise Hilmers weiß, dass sie ein dickes Brett bohrt: „Wir müssen noch viel Sensibilisierungsarbeit leisten“, sagt sie. Hilmers will das Wissen dafür verbreiten, ihre Unterstützung anbieten und alle, denen das Thema wichtig ist, vernetzen. Wer mit ihr spricht, erkennt den Mehrwert schnell. Ein überzeugendes Argument seien nicht zuletzt die Rotkreuz-Grundsätze, auf denen die DRK-Arbeit basiert und die seit der Gründung alle Helfenden motivieren, betont Hilmers: „Wir handeln nach unseren Grundsätzen, wenn wir divers denken.“

Mehr zum Thema erfahren Sie online unter www.drk-wohlfahrt.de/unsere-themen/digitalisierung-nachhaltigkeit/diversitaet-im-drk.html und auf der Rückenwind3-Projektseite: www.bagfw-esf.de/1-aufruf/drk-generalsekretariat-ev

„Wir sind keine Sprachpolizei“

Wie die DRK-Landesverbände Brandenburg und Westfalen-Lippe das Thema Diversität mit Leben füllen.

Manchmal ist es ganz einfach. Dann wird aus der „Teilnehmerliste“ die „Teilnahmeliste“, und eine Person ist nicht „an den Rollstuhl gefesselt“, sondern sie „ist im Rollstuhl unterwegs“. Beispiele wie diese nennt der DRK-Landesverband Brandenburg in seiner im Mai 2023 veröffentlichten Handreichung „Diversitätssensible Sprache“. Es sind Empfehlungen für das tägliche Schreiben und Sprechen – und dabei geht es „um weit mehr als das Gendern“, betont Marie-Christin Lux. Die Sprecherin des Landesverbandes gehört zu den insgesamt 13 Mitgliedern der Arbeitsgruppe, die für die Handreichung gebildet wurde. „Wir sind keine Sprachpolizei“, betont Lux: „Wir haben Leitplanken definiert, auf die sich eine große Runde geeinigt hat.“ Das Ziel ist es, eine vielfältige Gesellschaft widerzuspiegeln, niemanden auszuschließen oder abzuwerten sowie Rollenklischees und Stereotype zu vermeiden. „Doch viele sind unsicher, was die Sprache angeht“, sagt Lux. Deshalb gibt es Empfehlungen, Sprache geschlechtergerecht und rassismuskritisch zu nutzen und auch in Bezug auf Behinderungen diskriminierungssensibel zu sein. Und über die Handreichung hinaus sollen sich Interessierte künftig auch regelmäßig dazu austauschen können. „Das ist ja nicht abgeschlossen“, sagt Lux, „wir müssen weiter daran arbeiten.“



© DRK-Service GmbH/Jörg F. Müller

Sprache ist ein entscheidendes Kriterium für Diversität.

Auch im Landesverband Westfalen-Lippe ist das Thema Diversitätsorientierung ein „lebender Prozess“. Schon 2020 beschrieb die Broschüre „Für Vielfalt – Gegen Diskriminierung im DRK“ Möglichkeiten, mit Diskriminierung umzugehen. Später entstand eine dreiteilige Schriftenreihe, die sich mit Barrieren und Ausgrenzung im Verband beschäftigt, um Mitarbeitende und insbesondere Führungskräfte dafür zu sensibilisieren. Zugleich werden Strategien für mehr Chancengleichheit und Vielfalt beschrieben – zur konkreten Umsetzung in den Kreisverbänden und Ortsvereinen. „Viele nutzen diese Hilfen gerne für ihre Arbeit“, sagt Elena Unruh, die im Landesverband den Fachbereich Migration leitet. Darüber hinaus macht der Verband Fortbildungsangebote für Beschäftigte in der Migrations- und Antidiskriminierungsarbeit. Dabei geht es zum Beispiel um

Selbstreflexion und Sensibilisierung. Andere Veranstaltungen thematisieren Antisemitismus sowie Rassismus. Zudem wurde in der Landesgeschäftsstelle des DRK in Westfalen-Lippe 2022 ein interner Diversitäts-Prozess begonnen. Nach einer Ist-Stand-Analyse werden im nächsten Schritt Maßnahmen geplant und umgesetzt.

Die Handreichung des Landesverbandes Brandenburg können sie unter www.drk-brandenburg.de/das-drk/selbstverstaendnis/diversitaets-sensible-sprache/ herunterladen.

Die Schriftenreihe und weitere Veröffentlichungen des Landesverbandes Westfalen-Lippe finden Sie unter www.drk-westfalen.de/footer-menue-deutsch/service/downloads/migration.html.

Ein (Aktions-)Tag für das Rote Kreuz

Die Rotkreuz-Arbeit lebt vom unermüdlichen Engagement der unzähligen haupt- und ehrenamtlich Helfenden. Am 8. Mai, dem Weltrotkreuztag, werden sie und die Rotkreuz-Idee gebührend gefeiert – mit vielfältigen Aktionen überall in Deutschland.

Es ist der Geburtstag von Henry Dunant. Der am 8. Mai 1828 geborene Schweizer gilt als Begründer der Internationalen Rotkreuz- und Rothalbmond-Bewegung. Bundesweit zeigen Menschen an diesem Tag jedes Jahr ihre enge Verbundenheit mit dem Roten Kreuz. Viele DRK-Teams, Kreis- und Landesverbände organisieren besondere Aktionen, um auf die vielfältigen Angebote und

Leistungen des DRK aufmerksam zu machen. Sie kommen mit Interessierten ins Gespräch, informieren über das Rote Kreuz und beantworten individuelle Fragen. Dabei steht insbesondere das vielfältige Engagement der Freiwilligen in den Bereitschaften, der Wasserwacht, dem Jugendrotkreuz, der Bergwacht oder in der Wohlfahrts- und Sozialarbeit im Fokus.

Mehr als 400.000 ehrenamtlich Helfende sorgen in Deutschland dafür, dass Dunants Ideen bis heute lebendig sind und die Rotkreuz-Familie jederzeit gemeinsam für die Menschen da ist, die Hilfe benötigen. Sie sind unermüdlich jeden Tag für das DRK im Einsatz – und der Weltrotkreuztag ist ein guter Anlass, sie

zu feiern, ihre Arbeit im Zeichen der Menschlichkeit zu würdigen und um weitere aktive Mitstreitende sowie Unterstützende als Fördermitglieder zu werben. „Niemand braucht Vorkenntnisse“, betont DRK-Präsidentin Gerda Hasselfeldt: „Für alle, die sich engagieren möchten, werden Schulungen angeboten.“ Jede Unterstützung wird wertgeschätzt, denn selten war es aktueller und wichtiger als derzeit, die Idee des Roten Kreuzes zu leben, sie immer wieder in Erinnerung zu rufen und zu verbreiten.

Sie möchten die Arbeit des DRK unterstützen oder mehr über die Angebote wissen? Ihr Kreisverband vor Ort informiert Sie gerne.



Saisonstart: Die 10 neuen Badesregeln für sicheren Wasserspaß

Die Temperaturen steigen, die Freibäder öffnen, der See ruft – die Badesaison beginnt. Doch bevor wir uns ins erfrischende Nass stürzen, ist es wichtig, die neuen Badesregeln des Bundesverbandes zur Förderung der Schwimmbildung (BFS) zu kennen.

Gemeinsam mit anderen im BFS organisierten Verbänden hat die Wasserwacht des Deutschen Roten Kreuzes zehn einheitliche und leicht verständliche Regeln entwickelt. Sie sollen sicherstellen, dass jede Person im und am Wasser eine gute Zeit hat und gleichzeitig für die Sicherheit aller sorgt.

„Wir raten allen Wasserbegeisterten, sich mit den Regeln vertraut zu machen. Angehörige von Kindern sollten sie regelmäßig mit den jungen Schwimmerinnen und Schwimmern wiederholen. Auch Menschen, die sich im Wasser sehr sicher fühlen, sollten die Regeln befolgen“, sagt Katy Völker, stellvertretende Bundesleiterin der Wasserwacht des Deutschen Roten Kreuzes. So kann es auch geübten Personen im Sommer passieren, dass das plötzliche Eintauchen in wesentlich kälteres Wasser zum Kälteschock und zu einer Schnappatmung führt. Dabei kann Wasser in die Atemwege geraten. Katy Völker betont: „Aus diesem Grund soll man sich abkühlen, bevor man ins Wasser geht.“

Wenn uns die sommerlichen Temperaturen ans Badegewässer locken, lautet die Badesregel Nummer 1: „Ich gehe nur baden, wenn ich mich gut fühle.“ „Gut fühlen heißt: ich bin gesund, ich fühle mich wohl im Wasser, ich friere nicht

und habe keine Angst“, erklärt Katy Völker. Gerade Schwimmneulinge, die im Winter wenig geübt haben, spüren vielleicht beim ersten Freibadbesuch des Jahres Unsicherheit. Katy Völker bekräftigt: „Nur, weil andere ins Wasser gehen, muss ich nicht ins Wasser gehen, wenn ich mich nicht gut fühle. Wir sollten uns ehrlich fragen: Kann ich schon sicher schwimmen oder brauche ich eine enge Begleitung? Fühle ich mich mit der Wassertiefe oder der möglicherweise fehlenden Sicht im Gewässer wohl?“ Wer sich unsicher im Wasser fühlt, besucht am besten einen Schwimmkurs oder geht nur langsam und eng in Greifnähe begleitet in flaches Wasser.

Vor dem ersten Schwimmausflug empfiehlt das DRK allen, die Badesregeln zu wiederholen. Die neuen Badesregeln sind „kinderleicht“, denn sie wurden mithilfe eines Sprachinstituts möglichst einfach formuliert und von Vorschulkindern getestet. Ergänzt werden sie durch ansprechende Grafiken, die das Verstehen und Einprägen der Regeln erleichtern. Außerdem hält die Wasserwacht des DRK weiterführende Erläuterungen und Hinweise zu jeder Regel bereit. Die Regeln gibt es in vielen verschiedenen Sprachen kostenlos zum Download – für Kinder sogar als Ausmalversion.

Laden Sie die Badesregeln jetzt kostenlos herunter und machen Sie sich fit für die sichere Badesaison! Hier geht's zu den Regeln: www.drk.de/wasserwacht/badesregeln-verhalten-am-und-im-wasser

Kleine Stärkung am Badesee gefällig?

Vegane Wraps sind ein leichter Snack für unterwegs.

1. Lieblingsgemüse putzen und der Länge nach in feine Streifen oder Scheiben schneiden, z.B. Paprika, Radieschen, Möhre, Avocado.
2. Salatherzen waschen, den Strunk entfernen und in Streifen schneiden.
3. Wraps mit je 2 Teelöffel veganem Aufstrich (z.B. Kichererbsen-Aufstrich) bestreichen, Salat und Gemüse darauf verteilen.
4. Nach Geschmack verfeinern, z.B. mit Sprossen, Sesam oder Schwarzkümmel.
5. Wraps zusammenrollen, in Butterbrotpapier wickeln, die Enden umschlagen, in der Mitte durchschneiden und zum Transport möglichst eng in eine Brot-dose legen.



Impressum

DRK-KV Mönchengladbach e. V.

Redaktion:

Mike Boochs,
Carsten Junghans

V.i.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