



Covid-19

DRK-Einsatz in Brandenburg

Helferinitiative: Auftakt für Team Brandenburg

Coronavirus-Pandemie: Einsatzbereit im DRK-Landesverband

Resilienz: Schutzschild gegen Stress und Krisen

Freiwilligendienste beim DRK in Brandenburg

Mach jetzt Dein Freiwilliges Soziales Jahr oder Deinen Bundesfreiwilligendienst.
Dein Weg. Deine Entscheidung. Deine Erfahrung.



Bewirb
Dich jetzt!

editorial



Dr. Frank-Walter Hülsenbeck
Präsident

Liebe Leserinnen und Leser unseres Magazins,

unser Alltags- und Gefühlsleben wird derzeit von dem Covid-19-Virus bestimmt. Die Medien verwenden zur Beschreibung der Lage gerne den Begriff der „Krise“. Der griechische Ursprung des Wortes steht aber nicht für schwierige Zeiten, sondern bedeutet „Entscheidung“ und „Wendung“. In der Krise liegt die Chance, Dinge zum Besseren zu wenden. Wie uns dies als Rotkreuz-Familie in Brandenburg gelingt, lesen Sie in diesem Heft, ebenso wie wir mit dem „Team Brandenburg“ Menschen auf neue Weise dafür begeistern, anderen in der Not zu helfen. Lesen Sie auch von den Herausforderungen für unsere sozialen Einrichtungen. Der Einsatz unserer Helferinnen und Helfer vor Ort zeigt, dass wir ein lebendiger Verband sind und der Erfahrung folgen:

„In einem wankenden Schiff fällt um,
wer stillsteht, nicht wer sich bewegt.“

Das Zitat des Journalisten Carl Ludwig Börne (1786–1837) ist heute passender denn je. Ich danke allen im Ehrenamt und im Hauptamt, die mit Sachkunde und Entschlossenheit die derzeitigen Herausforderungen zum Besseren wenden. Unseren obersten Grundsatz, den der Menschlichkeit, können wir nur mit Leben erfüllen, wenn wir uns bewegen. Denn ohne Bewegung gelingt keine Zuwendung zu den Menschen in Not.

Bleiben Sie gesund und bewegt!

Ihr
Dr. Frank-Walter Hülsenbeck

FOTO: Jolinda Flörotto/DRK-LV Brandenburg e.V.

titelbild



Gemeinsamer Einsatz: Beschaffung von Schutzausrüstung, Beratung und Begleitung von Einrichtungen der Pflege, Eingliederungshilfe, Kinder- und Jugendhilfe. Um die Herausforderungen der Corona-Pandemie zu meistern, ist die Expertise aus allen DRK-Bereichen gefragt.

Foto: Marie-Christin Lux/DRK-LV Brandenburg e.V.

titel

04 Team Brandenburg

helfen

10 Engagement im JRK
trotz Corona-Pandemie

vor ort

12 Aus den Kreisverbänden

service

19 Wie Kinder Erste Hilfe lernen

20 Resilienz – Schutzschild
gegen Stress und Krisen

rubriken

18 Menschen

22 Rätsel

22 Impressum

04



10



12



14



16



Auftakt für „Team Brandenburg“

Ob in der Nachbarschaftshilfe oder beim Behelfsmaskennähen – viele Menschen möchten einander unterstützen und sich schnell und unkompliziert engagieren. Mit dem „Team Brandenburg“ bietet das DRK seit März eine zentrale Online-Plattform an, um Helfende in ganz Brandenburg zusammenzubringen.

SARAH JERMUTUS UND MARIE-CHRISTIN LUX

„Der offizielle Start des Projekts war ursprünglich für den Weltrotkreuztag am 8. Mai geplant. Mit der Corona-Pandemie entwickelten sich aber innerhalb kürzester Zeit sowohl zahlreiche Hilfebedarfe als auch ein großes Hilfepotenzial innerhalb der Bevölkerung. Mit dem vorgezogenen Start des ‚Team Brandenburg‘ konnten wir den Menschen schnell ein koordiniertes Hilfeangebot bereitstellen“, sagt Sarah Jermutus, Projektreferentin für das „Team Brandenburg“ beim DRK-Landesverband.

Landesweite Online-Plattform

Seit dem 25. März können sich nun Interessierte auf der Online-Plattform www.team-brandenburg.org als Helfer registrieren. Mitmachen können alle Brandenburgerinnen und Brandenburger, die mindestens 18 Jahre alt sind. Wie oft oder wobei sie helfen möchten, entscheiden sie selbst. Für die

Registrierung beim „Team Brandenburg“ sind weder besondere Qualifikationen noch festgelegte zeitliche Ressourcen erforderlich.

„Alle, die sich beim ‚Team Brandenburg‘ anmelden, werden im DRK-Landesverband registriert. Den Einsatz der Helferinnen und Helfer vor Ort koordinieren aber die DRK-Kreisverbände, die für ihre Region am besten wissen, wo gerade Hilfe benötigt wird. So bringt das DRK koordiniert Hilfebedarfe und Hilfsangebote in ganz Brandenburg zusammen“, erklärt Jermutus.

Erster Einsatz

Den ersten offiziellen Einsatz hatte das „Team Brandenburg“ am 6. April in Ludwigsfelde. Ausgestattet mit Helferweste, Handschuhen und Schutzmaske bereiteten Helfer des Teams zusammen mit ehrenamtlichen Rotkreuzlern des DRK-Kreisverbands Fläming-Spreewald insgesamt 1.000 Liter Hän-



dedesinfektionsmittel für den Weitertransport vor. Eine von ihnen ist Doreen Ritter aus Potsdam, die über die Sozialen Medien auf das „Team Brandenburg“ aufmerksam wurde: „Mir war es wichtig, bei etwas mitzumachen, das koordiniert ist. Die Idee des ‚Team Brandenburg‘ hat mir da gleich gefallen.“ Auch nach dem ersten Einsatz ist die 37-Jährige sich sicher: „Ich werde definitiv wieder mithelfen.“

Unterstützung im Alltag

Auch in Potsdam brachte die Koordinierungsstelle des Kreisverbands Potsdam/Zauch-Belzig „Team Brandenburg“-Mitglieder in den Einsatz. Hier ist das Team





Erster Einsatz: Zusammen mit ehrenamtlichen Rotkreuzkräften des DRK-Kreisverbands Fläming-Spreewald bereiteten Helfer des „Team Brandenburg“ Desinfektionsmittel für den Weitertransport vor.

i

Weitere Informationen zum Projekt gibt es online unter www.team-brandenburg.org, im öffentlichen Bereich der DRK-Onlineakademie im Bereich „Coronavirus“ oder direkt bei Sarah Jermutus, Projektreferentin Team Brandenburg, per E-Mail an sarah.jermutus@drk-lv-brandenburg.de oder telefonisch unter 0331 2864-117.

vor allem in der Alltagshilfe aktiv und unterstützt Menschen, die zu Risikogruppen gehören oder Personen, die sich in Quarantäne befinden. Für das Oberlinhaus nähten viele Heferinnen und Helfer außerdem zu Hause Behelfsmasken aus Stoff. „Die Einsatzmöglichkeiten für Helferinnen und Helfer sind so vielseitig, wie die Menschen, die sich für das Team registriert haben“, sagt Projektreferentin Sarah Jermutus.

„Team Brandenburg“ nach Covid-19

Auch wenn das „Team Brandenburg“ aktuell zur Unterstützung von Betroffenen und bei anderen Aktivitäten im Kontext der Corona-Pandemie eingesetzt wird, blickt das Projekt-Team bereits auf die Zeit nach Covid-19. „Das ‚Team Brandenburg‘ war von Anfang an langfristig angelegt und soll nicht nur für die aktuelle Lage genutzt werden“, erklärt Sarah Jermutus.

Zukünftig sollen die sogenannten ungebunden Helfenden, die sich über die Online-Plattform registriert haben, auch bei anderen Notlagen oder Schadensereignissen zum Einsatz kommen. Denkbar seien sie zudem auch als Unterstützung bei Engpässen im sozialen Bereich. „Wenn wir dann einen

Einsatz für unser Team haben, werden wir sie per SMS alarmieren und ihnen dadurch schnell und unkompliziert alle notwendigen Informationen direkt auf ihr Handy schicken“, so Jermutus.

Erfahrungen auswerten

Um das Projekt weiterzuentwickeln und für künftige Einsätze bestmöglich vorzubereiten, wertet der DRK-Landesverband Brandenburg aktuell die gesammelten Erfahrungen während der Corona-Pandemie aus. „Auch wenn wir hoffen, in den kommenden Wochen noch mehr Einsatzmöglichkeiten für das ‚Team Brandenburg‘ zu schaffen, war der Projektstart sehr erfolgreich. Es wird schon jetzt deutlich, dass es gelingen kann, ungebundene Helferinnen und Helfer mit unserer Online-Plattform anzusprechen und dabei zu unterstützen, aktiv zu werden. Das große Hilfspotenzial, das wir aktuell innerhalb der Bevölkerung sehen, konnte auch durch das ‚Team Brandenburg‘ aktiviert werden“, sagt Sarah Jermutus.

Als langfristig angelegtes Projekt biete das „Team Brandenburg“ zudem die Chance, auch dann weiterhin einen Pool an Helferinnen und Helfern bereitzuhalten, wenn sich in den nächsten Wochen und Monaten

das Alltagsleben zwar schrittweise wieder normalisiert, das Coronavirus jedoch weiter aktiv ist und erneut Hilfebedarfe entstehen.

Neue Helfergruppen ansprechen

Die aktuelle Lage, resümiert Jermutus, sei somit auch eine Chance für das DRK in Brandenburg, neue Helfergruppen anzusprechen. „Wir können hier eine Ergänzung zu unseren bisherigen Strukturen schaffen. Die Mitglieder des ‚Team Brandenburg‘ können langfristig eine Unterstützung für unsere ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer in den Kreisverbänden sein“, so Jermutus.

„Es geht natürlich nicht darum, einen Ersatz für unsere Bereitschaften und ausgebildeten Rotkreuzler zu schaffen“, erklärt Jermutus. Vielmehr biete das „Team Brandenburg“ die Möglichkeit, bei kurzfristig benötigter Unterstützung zeitnah und unkompliziert zusätzliche Helferinnen und Helfer anzufordern. „Wir haben jetzt eine Plattform im Angebot, über die wir in ganz Brandenburg Menschen für Einsätze ansprechen können. Damit haben wir langfristig eine neue Möglichkeit geschaffen, sich ehrenamtlich in Brandenburg zu engagieren.“

Einsatzbereit im DRK-Landesverband

Als fester Bestandteil des Katastrophenschutzes und der kritischen Infrastruktur galt die Arbeit des DRK-Landesverbands Brandenburg in den vergangenen Monaten ganz der Eindämmung der Coronavirus-Pandemie. Zum Schutz und zur Aufrechterhaltung der Leistungen des Roten Kreuzes erklärte Präsident Dr. Frank-W. Hülsenbeck am 17. März den Krisenfall im DRK-Landesverband.



LEE-J. SCHUMANN, DENNIS FÖRSTER, VIOLA JACOBY

Wie sich die Arbeit im Landesverband veränderte und welche Herausforderungen es sowohl für die Nationale Hilfsgesellschaft als auch für die Wohlfahrts- und Sozialarbeit zu meistern galt, erläutern Lee-J. Schumann, Dennis Förster und Viola Jacoby.

Lee-J. Schumann, Referent Einsatzdienste

Für die Bewältigung von Krisen ist es erforderlich, die bestehenden Arbeitsstrukturen aus dem Alltag auf die akute Situation anzupassen. Alle zur Verfügung stehenden Ressourcen werden darauf ausgerichtet, die Krise zu bewältigen. Das bedeutet auch, dass einige Arbeitsfelder in den Hintergrund treten müssen, damit schnellstmöglich die aufgetretene Gefahr beseitigt werden kann und die durch sie entstehenden Schäden möglichst gering ausfallen.

Das DRK hat dafür die K-Vorschrift geschaffen. Nach Feststellung einer Krise ist es möglich, den Einsatzstab aufzubauen, um die komplexen Aufgaben zu lösen, die Kommunikation mit den anderen DRK-Verbänden sicherzustellen und natürlich auch die beteiligten Behörden zu beraten und Maßnahmen abzustimmen.

Abbildung 1 zeigt die Struktur des Einsatzstabs des DRK-Landesverbands in der Corona-Krise. Insbesondere in einer Situa-

tion, in der vor allem soziale Strukturen gefährdet sind, benötigt es die enge Zusammenarbeit der Wohlfahrts- und Sozialarbeit und der Nationalen Hilfsgesellschaft. Eine solche Kombination in einem Verband zu haben, zeigt sich besonders im Vergleich zu anderen Wohlfahrtsverbänden einmal mehr als einzigartig und besonders geeignet, um die aktuellen Probleme schnell und unkompliziert lösen zu können.

Beispiele dafür sind die schnelle Zurverfügungstellung von dringend benötigter Schutzausrüstung durch den DRK-Landesverband, nicht nur für seine Kreisverbände, sondern auch für die Verbände der Liga der Freien Wohlfahrtspflege und einige Rettungsdienste in den Landkreisen.

Um das zu ermöglichen, wird im Einsatzstab auf die fachlichen Fähigkeiten der Mitarbeiter aus der Wohlfahrtsarbeit gesetzt, die die Bedarfe vor Ort schnell identifizieren konnten. Über die Erfahrungen in der Nationalen Hilfsgesellschaft war es dann möglich, hieraus die Bedarfe in über 800 Einrichtungen der Wohlfahrt aus insgesamt fünf

Organisationen zu beziffern, die notwendigen Beschaffungen zu planen und diese Informationen an die verantwortlichen Ministerien und Behörden weiterzuleiten.

Mit dem Einsatz neuer Technologien und dem Wissen aus beiden Bereichen im DRK wurden außerdem neue Wege beschritten, um Informationen zielgruppengenau zu verteilen. Die vom Landesverband eingesetzte CovApp machte es möglich, Mitarbeitern und der Bevölkerung in Brandenburg Hinweise zum Verhalten aufgrund der aktuellen Situation zu geben. Darüber hinaus liefert sie Pflegekräften spezielle Informationen zum bestmöglichen Schutz gegenüber ihren Bewohnerinnen und Bewohnern, um die Verbreitung der Krankheit zu minimieren und schlussendlich einzudämmen.

Der Einsatzstab ist ein Instrument, der das Wissen der verschiedensten Abteilungen im DRK zusammenfasst und es ermöglicht, zielgerichtet auch in



Einsatzstab: Im DRK-Landesverband Brandenburg arbeiten alle Bereiche eng zusammen.

einer Krise weiterhin handeln zu können. So erfüllen wir unseren Auftrag, mit unserem gesamten Potenzial beim Schutz der Bevölkerung bei Katastrophen, Krisen und bewaffneten Konflikten mitzuwirken.

Dennis Förster, Referent Kritische Infrastrukturen

Frühzeitig war klar, diese Krise wird nicht nur eine Führungsstruktur und konzeptionelle Zuarbeit fordern, sondern vor allem die Unterstützung der Kreisverbände bei der Beschaffung von Materialien und Logistik.

Mit der Bildung des Einsatzstabs rückte die Beschaffung von Schutzausrüstung und Desinfektionsmitteln in den Fokus. Bereits Ende März konnten wir den ersten Eingang von bestellter Schutzausrüstung verzeichnen. Die ersten Lieferungen stellten uns jedoch gleich vor die nächste Herausforderung: fehlende Lagerkapazitäten.

Die geordneten Mengen konnten nicht in der Landesgeschäftsstelle gelagert werden und auch die Zuwegung, fehlende Transportmittel und die Handhabung von Europaletten waren problematisch. Über gute Kontakte in den DRK-Kreisverband Fläming Spreewald konnten wir jedoch eine schnelle

und praktische Lösung finden. Nach einem kurzen Gespräch mit dem Vorstand und der Kreisleitung der Bereitschaften waren wir uns einig: Dieser Kreisverband erfüllt alle Kriterien, die wir für einen Lagerbetrieb brauchen.

Wir erhielten eine Lagermöglichkeit, die ausreichend Fläche bot, in der Nähe von Potsdam lag, Europaletten zum Tauschen mit den Speditionen hatte (Kostensparnis), über Hubwagen und Gabelstapler sowie Dienstwagen verfügte. Hinzu kam, dass das Lager ehrenamtlich durch Helfer des Kreisverbands betrieben wurde und die Kosten so für die Kreisverbände und den Landesverband überschaubar blieben.

Nach ersten „Nothilfe“-Lieferungen an die Kreisverbände haben wir inzwischen effektiv laufende Prozesse im Bereich Bestellung, Wareneingang und -ausgang, Qualitätsprüfung sowie ein Informationsmanagement mit den Kreisverbänden eingerichtet.

Über ein online zur Verfügung gestelltes Formular können die Verantwortlichen im Kreisverband von Freitag bis Montag Material abfordern. Die Auswertung und Zusammenstellung der Bedarfe erfolgt am darauffolgenden Dienstag. Am Mittwoch können

die Kreisverbände dann die Materialien für ihre Einrichtungen abholen und verteilen.

Neben dem „Alltagsgeschäft“ mussten wir im Bereich Logistik aber auch noch zusätzliche Aufgaben erledigen. Unter anderem war dies die Beschaffung von Schutzausrüstung für den Paritätischen Brandenburg oder Transportaufträge des Bundesverbands bis hin zur Entgegennahme von Sachspenden durch Firmen und deren anschließende Verteilung.

Ein besonderes Highlight für uns war das Umfüllen von Desinfektionsmitteln. Da zu Beginn der Krise der Markt wie leergefegt und die Liter-Preise für Desinfektionsmittel dreimal höher als normal waren, haben wir uns für eine unkonventionelle Lösung entschieden. Der Stab machte sich an die Aufgabe, Großgebilde Desinfektionsmittel zu kaufen und diese auf kleinere Gebilde umzufüllen. Also haben wir auf dem ebenfalls leergefegten Markt für Pharmaflaschen diese bei Großhändlern beschafft, die Rechtslage geklärt, Labels gedruckt und mit Helfern im Vollschutz sowie ungebundenen Helfern die Händedesinfektion von einem 1.000 Liter IBC Container in Flaschen mit 500 ml bis 1.000 ml umfüllen lassen.

Von einer Beruhigung der Marktlage können wir nach wie vor nicht sprechen. Glücklicherweise können wir als Landesverband



Beschaffte Schutzausrüstung

	
Schutzmasken 950.000 Stück	Schutzhandschuhe 570.000 Stück
	
Schutzkleidung 73.000 Stück	Desinfektionsmittel 4.199 Liter

Stand: 14.05.2020

Schutzausrüstung: Die Beschaffung von Schutzausrüstung stand bei der Arbeit des Einsatzstabs besonders im Fokus.

durch große Bemühungen bei der Beschaffung aktuell ein gut gefülltes Lager mit Schutzausrüstung zur Verfügung stellen, welches auch bei kurzfristigen Abforderungen sofort große Mengen liefern kann. Wir werden weiter als Einsatzstab an der Verbesserung der Versorgungslage arbeiten, um unsere Kreisverbände sowie deren haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiter zu schützen.

Viola Jacoby, Abteilungsleiterin Wohlfahrts- und Sozialarbeit

Die schnelle Verbreitung des Coronavirus führte innerhalb kürzester Zeit zu umfangreichen Veränderungen. Am 18. März 2020 trat die erste Eindämmungsverordnung für Brandenburg in Kraft. Unter Leitung des Gesundheitsministeriums gründete sich ein interministerieller Krisenstab. Jedwedes Handeln stand nun unter dem Ziel, Infektionen zu vermeiden und damit die Ausbreitung des Coronavirus auf niedrigem Niveau zu halten. Bereits am 17. März stellte der Präsident des DRK-Landesverbands Brandenburg Dr. Frank-W. Hülsenbeck den Krisenfall entsprechend der K-Vorschrift für den Landesverband Brandenburg fest.

Die Abteilung Wohlfahrts- und Sozialarbeit konzentriert sich seitdem auf die Bearbeitung coronabedingter Themen. In den ersten Tagen standen die Umsetzung der Hygiene- und Abstandsregelungen im Mit-

telpunkt. Ein großes Problem waren anfangs die fehlenden Schutzausrüstungen, insbesondere Masken für die Mitarbeitenden in den Einrichtungen und Diensten. Der intensive Austausch zwischen den Kreisverbänden mit den anderen Wohlfahrtsverbänden, den Landesministerien und dem Bundesverband musste schnell in eine ausschließlich digitale Form überführt werden. Telefon- und Videokonferenzen und das Arbeiten im Homeoffice prägen seit März unser Handeln.

Einrichtungen schließen

Auf die Schließung vieler Einrichtungen und Dienste konnten wir uns nicht vorbereiten. Mitte März verfügte die Landesregierung die Schließung von Jugendclubs, Familienunterstützenden Diensten, Beratungsstellen, vor allem aber auch von Schulen, Kitas, Horten, Behindertenwerkstätten und Tagespflegen für Seniorinnen und Senioren.

Die Schließungen hatten weitreichende Folgen für den sozialen Dienstleistungssektor, Fahrdienste mussten z.T. für ihre Fahrerinnen und Fahrer Kurzarbeitergeld beantragen. Die Finanzierung vieler sozialer Dienste steht aufgrund der krisenhaften Situation vor größten Herausforderungen. Einnahmeausfälle wegen des Wegfalls von Spenden, Mitgliedsbeiträgen und öffentlichen Zuwendungen, die Reduzierung von Angeboten und dennoch fortlaufende Sach-

und Personalkosten – das bringt viele Träger sozialer Angebote in Existenznot.

Mit Beginn der Corona-Pandemie hat der Bundes- und später auch der Landesgesetzgeber zahlreiche Gesetze und Verordnungen verändert, ergänzt oder neu verabschiedet. Das Virus und die bestehende Pandemie hat die Arbeitswelt in nie geahnter Weise beeinflusst und verändert.

Ein Blick in die Einrichtungen ...

Kindertagesbetreuung

Mit der Schließung der DRK-Kindertagesstätten in Brandenburg gab es für ca. 6.500 Kinder im Alter von einem bis zwölf Jahren und 700 Beschäftigte plötzlich den Ort des gemeinsamen Spielens und Lernens nicht mehr. Die vertrauten Erzieherinnen, die vertrauten Spielkameraden – alles verschwunden. Nur Kinder, deren Eltern in „systemrelevanten Berufen“ (bspw. in der Pflege) arbeiten, konnten seitdem die Notfallbetreuung in Kitas in Anspruch nehmen. Eltern aber, die keinen Anspruch auf Notfallbetreuung haben, sind seit Mitte März in Kurzarbeit, haben Existenzsorgen oder müssen Homeoffice und Kinderbetreuung unter einen Hut bekommen. Diese Situation stellt für Kinder und Eltern eine nicht geahnte familiäre Krisensituation dar. Unterstützende Dienste im Bereich der DRK-Kinder- und Jugendhilfe (Schulsozialarbeiter, Eltern-Kind-Zentren, Familienhelfer, Freizeiteinrichtungen) stehen gar nicht oder nur sehr eingeschränkt zur Verfügung. Und für viele Eltern besteht die Frage, wie sie das Geld für die Elternbeiträge in der Kindertagesbetreuung trotz Kurzarbeit aufbringen sollen. Die Gemeinden stehen vor dem Problem, fehlende Steuereinnahmen kompensieren zu müssen.

Pflege

Recht früh im Verlauf der Pandemie war erkennbar, dass gerade alte, pflegebedürftige Menschen besonders gefährdet sind. Daher galt die Sorge besonders den Bewohnerinnen und Bewohnern von Pflegeeinrichtungen.

Mit der zweiten Eindämmungsverordnung wurden Besuche von Angehörigen für Pfl-



Digitaler Austausch: Tägliche Videokonferenzen ermöglichten ein aktuelles Lagebild.



Videochat in der Pflegeeinrichtung

Faceshields aus dem 3-D-Drucker bieten zusätzlichen Schutz.

geheimbewohner verboten. Seitdem leben viele pflegebedürftige Menschen ohne direkten persönlichen Kontakt zu Familie und Freunden. Das ist schmerzhaft, da die Nähe gerade im letzten Lebensabschnitt von besonderer Bedeutung ist. Telefonate, Briefe ersetzen nun das persönliche Gespräch. Einige unserer Einrichtungen haben Tablets für die digitale Kommunikation bereitgestellt.

Auch die Tagespflegen zählen zu den Einrichtungen, die nur noch im Rahmen der Notbetreuung geöffnet sind. Die fehlende Tagesstruktur und der fehlende Kontakt führen in manchen Familien zu besonderen Belastungssituationen. Pflegende Angehörige müssen nun ganztags allein die Betreuung und Pflege übernehmen.

Beratungsangebote

Es gibt vielfältige Lebenssituationen, die einer professionellen Beratung bedürfen. Daher war allen Beraterinnen und Beratern klar: Wir benötigen schnelle, kreative und flexible Alternativen zu der persönlichen Beratung, galt es doch auch hier Abstandsgebote einzuhalten und direkten Kontakt zu minimieren. Die Arbeit von Zuhause (im Homeoffice) war zuvor nie relevant, die technischen Voraussetzungen gar nicht oder nur teilweise vorhanden. Die kontaktlose Übergabe von Dokumenten und die Bera-

tung per Telefon, E-Mail oder Skype wurde organisiert. Ungeachtet der neuen Gegebenheiten waren sich alle einig: Die Beratungsstellen müssen für Ratsuchende Menschen offenbleiben.

Das gewohnte Beratungssetting wurde umgestellt, die Beraterinnen arbeiteten zum Teil in Schichten, um auch die Ansteckungsgefahr untereinander zu vermeiden. Eine Beratungsstelle schrieb einmal: „Wir werden an der Tür aber niemanden ohne Unterstützung stehen lassen.“

Eingliederungshilfe

Seit der Schließung der Behindertenwerkstätten am 23. März darf nur eine Notbetreuung angeboten werden. Auch wenn der reguläre Betrieb ruht, regelmäßige tagesstrukturierende Maßnahmen sind für Menschen mit einer Behinderung von großer Bedeutung. Daher mussten nun die Betreuungsteams in den Wohnstätten kreative Ideen entwickeln und Alternativen anbieten. Um Kurzarbeit zu verhindern, unterstützen Fachkräfte aus den geschlossenen Werkstätten und ambulanten Diensten die Betreuungsarbeit.

Von den Schulschließungen waren die Schülern direkt betroffen. Einige konnten in anderen Bereichen eingesetzt werden, einige mussten in Kurzarbeit gehen. Große Sorgen bereitet uns das unterschied-

liche Agieren von Landkreisen und kreisfreien Städten.

Flüchtlingshilfe

In allen Bereichen der Flüchtlingshilfe musste auf die Corona-Pandemie reagiert und entsprechende Maßnahmen ergriffen werden, um die Gesundheit der Mitarbeitenden und Bewohnenden zu gewährleisten. In der Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer (MBE) stellte das zuständige Bundesamt für Migration (BAMF) früh klar, dass die Beratung nur noch in absoluten Ausnahmefällen als Präsenzberatung durchzuführen ist. Bestehende Online-Formate ermöglichten die Fortführung der Beratung in digitaler Form.

In den Gemeinschaftsunterkünften in den Landkreisen und den Erstaufnahmeeinrichtungen des Landes Brandenburg, in welchen das DRK die Unterbringung, Betreuung und Beratung Geflüchteter organisiert, galt es in erster Linie, entsprechende Maßnahmen zum Umgang mit der räumlichen Enge in den Einrichtungen zu ergreifen und das Infektionsrisiko zu reduzieren. Zudem mussten die Möglichkeiten einer internen Quarantäne geschaffen werden. Ein erheblicher Aufwand bestand und besteht weiterhin in der Aufklärung der Bewohnenden über die aktuelle Situation sowie die sich ändernden Vorgaben der Eindämmungsverordnungen.

Kolumne Iris Mitsostergios Kleiner Grundgedanke



Die Nr. 1 unter den sieben Rotkreuz-Grundsätzen heißt „Menschlichkeit“ und ist ein Star: Sie beinhaltet den Schutz von Leben und Gesundheit, erst recht im aktuellen Krisenfall aufgrund von Coronavirus/ Covid-19 und trotz Social Distancing.

Die derzeitigen Herausforderungen verdeutlichen auch das besondere Verhältnis zwischen der Bundesrepublik Deutschland, Vertragsstaat der Genfer Abkommen, und dem DRK. Mit seinem Mandat als freiwillige Hilfsgesellschaft der Behörden im humanitären Bereich ist das DRK strategisch wie operativ bundesweit mit im Einsatz: in den Krisenstäben der beteiligten Behörden, bei der Beschaffung von Schutzausrüstungen, mit Patiententransporten und Nachbarschaftshilfe etc.

Auch die corona-unabhängigen Hilfsangebote des DRK bestehen weiter, z.B. in Kindergärten, Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen. Die Pandemie erfordert ein weltweites Engagement mit gebündelten Ressourcen. Im Sinne der Menschlichkeit sind die Internationale Föderation der Rotkreuz- und Rothalbmond-Gesellschaften (IFRK), das Internationale Komitee vom Roten Kreuz (IKRK) sowie die gesamte Rotkreuz-/Rothalbmond-Bewegung gemeinsam aktiv, um die materielle und personelle Durchhaltefähigkeit gegen die Folgen des Virus zu gewährleisten. Die Herausforderungen für die Menschheit mögen sich wandeln, doch wir bleiben ihnen gewachsen, auch dank der Rotkreuz-Grundsätze und ihres zeitlosen humanitären Anspruchs.

Iris Mitsostergios

Landeskonventionsbeauftragte des
DRK-Landesverband Brandenburg e.V.

Engagement im JRK trotz Corona-Krise

DANIEL KÜHNE

Ehrenamtliches Engagement lebt von Gemeinschaft, Nähe und Begegnung. Corona stellt somit auch das Jugendrotkreuz im Land Brandenburg vor große Herausforderungen. Der diesjährige 30. JRK-Landeswettbewerb musste abgesagt werden, genauso wie das Blaulicht-Camp. Kreiswettbewerbe, Aktionen und viele Jugendgruppenstunden können nicht stattfinden.

Das klingt nach sehr traurigen und langweiligen Zeiten ... aber nicht beim Jugendrotkreuz! Das sucht und findet kreative und innovative Möglichkeiten, um sich trotz Kontaktbeschränkungen engagieren zu können.

Erfolgreiche landesweite Online-Konferenzen mit Landes-, Kreis- und Gruppenleitungen fanden bereits statt. Fragen wie „Wie geht's euch?“, „Seid ihr trotz Corona-Krise aktiv und wenn ja, wie?“ und „Braucht ihr Unterstützung von uns?“ standen im Mittelpunkt. Die Form des Austauschs hat allen Beteiligten so gut gefallen, dass dieses Format auch nach der Corona-Krise regelmäßig beibehalten werden soll.

Unterstützung der Blutspende

Constanze Mücke, Mitglied der JRK-Landesleitung, unterstützte bereits bei der Blutspende in Jüterbog und motiviert alle Mitglieder im Jugendrotkreuz: „Spendet Blut, überzeugt Freunde und Familie und unterstützt die Blutspende-Termine in eurem Kreisverband! Malt Bilder oder Collagen zum Thema, warum Blutspenden auch zu Corona-Zeiten wichtig ist, und motiviert damit andere, spenden zu gehen!“

Aktionen in den Kreisverbänden

Neben Aktionen auf der Landesebene gibt es auch in den Kreisverbänden tolle, kreative



Ideen des Jugendrotkreuzes. JRK-Gruppenleiterin Ines Sinske stellt für das Personal eines Pflegeheims selbst genähte Mund-Nasen-Masken her. In Brandenburg a. d. Havel zeigen Kinder mit gemalten Regenbogen an Fenstern anderen vorbeispazierenden Kindern, dass auch sie zu Hause bleiben und schenken damit Freude und Hoffnung. Beim JRK in Oranienburg werden die Jugendgruppenstunden online durchgeführt. Themen wie Erste Hilfe und Rotkreuz-Geschichte werden mit einer Präsentation vermittelt und durch kleine Spiele aufgelockert. Leuchtende Kinderaugen und große Freude in Altlandsberg: Das Jugendrotkreuz zeigt seinen jüngsten Mitgliedern der Wettbewerbsgruppe mit kleinen Überraschungen zum Basteln, Malen und Beschäftigen: „Wir denken an dich.“

Macht mit, schenkt ein Lächeln – Die JRK-Postkarten-Aktion

Bewohnerinnen und Bewohner von Senioren- und Pflegeheimen konnten lange keinen Besuch empfangen und ihre Einrichtung nicht verlassen. JRK-Kinder malten deshalb Regenbogen, die dann als Postkarten-Collage mit einer Grußbotschaft beschrieben an Senioreneinrichtungen sowie ambulante Pflegedienste in ihrer Nähe weitergegeben wurden. Das Jugendrotkreuz zeigt mit seiner Aktion Senioren, dass sie nicht allein sind und schenkt ihnen Mut, Hoffnung und ein Lächeln.

Blutspende in Brandenburg zur Zeit der Corona-Pandemie

Mit Anzeichen des zunehmenden Infektionsgeschehens forderte der DRK-Blutspendedienst Mitte März vor Beginn der bundesweiten Kontakt- und Ausgangsbeschränkungen in einem breit angelegten Medienaufwurf dringend zur Blutspende auf, um die Depots mit lebensrettenden Blutpräparaten aufzufüllen.

KERSTIN SCHWEIGER

Hintergrund war die unsichere Gesamtsituation und die Befürchtung eines Rückgangs der Spendenbereitschaft aus Angst wegen Beschränkungen oder zunehmenden Infektionszahlen unter Blutspendern.

Die Aufrufe trafen auf ein überwältigendes Echo, so dass in wenigen Tagen und kontinuierlich über die folgenden Wochen gesunde Spenderinnen und Spender mobilisiert werden konnten. Die Sensibilisierung und das solidarische Bewusstsein waren überwältigend. Die Erstspenderquote lag punktuell bei bis zu 17 Prozent (im Vergleich liegt sie regulär bei etwa neun Prozent).

Mit Beginn der bundesweiten Beschränkungen und dem Versammlungs- und Kontaktverbot wurden dem Blutspendedienst Ausnahmegenehmigungen vom Versammlungsverbot in den fünf Bundesländern seines Versorgungsgebietes erteilt. Das Blutspendewesen gilt als systemrelevante Einrichtung in der Krankenversorgung. Deshalb bietet der DRK-Blutspendedienst Nord-Ost weiterhin regelmäßig Blutspendeterminine an. Das Terminangebot wird hierbei auf die festen Standorte des DRK-Blutspendedienstes in Potsdam und Cottbus sowie auf geeignete Spendeorte im Land Brandenburg konzentriert, welche die Einhaltung notwendiger Hygiene- und Abstandsregeln zum Schutz der Spender und des Personals ermöglichen.

Prioritäten sind hierbei:

- Patientenversorgung in Brandenburger Kliniken mit Blutpräparaten unter allen Umständen gewährleisten
- Sicherheit von Spenderinnen und Spendern sowie Mitarbeitern und Ehrenamtlichen

Sicherheit auf Blutspendeterminen

Um das Ansteckungsrisiko für Blutspender, Personal und Ehrenamt auf Blutspendeterminen so gering wie möglich zu halten, werden die entsprechenden Maßnahmen der aktuellen Pandemiephase ständig angepasst. Aktuell bestehen die Maßnahmen in Zugangskontrolle, Kurzanamnese, Fiebermessen, Desinfektion sowie dem Tragen von Mundschutz von Personal, Ehrenamtlichen und Spendern sowie größtmöglicher Vereinzelung durch Abstände vor Betreten des Spendeortes und im gesamten Ablauf der Blutspende. Kommuniziert wird vorab ausdrücklich, dass Spendewillige mit Symptomen nicht zugelassen werden.

Wichtige Voraussetzungen zur Blutspende für Spendewillige ist die Nutzung des Terminreservierungssystems für alle Blutspendeterminine. Dies trägt zur Sicherheit durch Abstand und Vereinzelung bei. Terminreservierungslink: <https://terminreservierung.blutspende-nordost.de/>

Wichtig ist es jetzt, die Blutspende kontinuierlich auf einem ausreichend hohen Niveau zur Sicherung des Bedarfs aufrechtzuerhalten. Nur so kann mit gesunden Blutspendern die Notfallversorgung schwerkranker Patienten in den Kliniken der Region kontinuierlich sichergestellt werden. Die aus dem Spenderblut gewonnenen Blutpräparate haben nur eine kurze Haltbarkeit, deshalb ist es wichtig, dass über die kommenden Wochen und Monate weiterhin kontinuierlich gespendet wird.

Dabei gelten folgende Regeln:

- Blutspender sollen bitte den Personalausweis, den Blutspendeausweis (wenn vor-

handen) und ggf. das Einladungsschreiben des DRK-Blutspendedienstes mit sich führen und auf Nachfrage vorweisen können.

- Personen mit Erkältungssymptomen, Fieber und Durchfall werden nicht zur Blutspende zugelassen. Es wird gebeten, dass sie die Einrichtung zu den vereinbarten Terminen gar nicht erst aufsuchen.
- Spendewillige sollen sich bitte tagesaktuell auf der Website des DRK-Blutspendedienstes über stattfindende Termine informieren und eine Terminreservierung vornehmen: www.blutspende.de und Telefon 0800 11 94911

Der Beitrag spiegelt den Stand bei Redaktionsschluss wieder, Änderungen sind möglich.



Blutspende und Corona-Virus:

<https://www.blutspende-nordost.de/>

<https://www.blutspende-nordost.de/informationen-zum-coronavirus/>

KV Calau

Lübbenauer Suppenküche trotz Corona weiter versorgungsbereit

Die Suppenküche stellte sich kurzfristig mit kreativen Maßnahmen auf die außergewöhnliche Situation ein. Christa Schiller, die Leiterin der Suppenküche, organisierte die Ausgabe der Lebensmittel an Bedürftige kurzerhand um. Die Ausgabe erfolgte durch ein Fenster. „Wir halten so das Abstandsgebot ein und bringen weder unsere Kunden noch unsere freiwilligen Helfer in Gefahr“, sagte Schiller.

Glücklicherweise ermöglichen die Sponsoren der DRK-Suppenküche durch ihr vielfältiges Lebensmittelsortiment den Weiterbetrieb der Suppenküche. „Während andere Einrichtungen schließen mussten, können wir weiterhin unsere Bedürftigen versorgen“, freut sich die langjährige Leiterin



der Einrichtung des DRK-Kreisverbands Calau. Hierzu gehörte auch die kurzfristige Schaffung der gesetzlichen Freiräume bei der eigentlichen Essenseinnahme. Auch wenn jetzt weniger Nutzer der Suppenküche gleichzeitig ihr Essen verspeisen können: „Alles besser, als wenn wir ganz schließen müssten“, so Christa Schiller.

Aus der Geschäftsstelle des Kreisverbands Calau heißt es hierzu: „Der Kreisverband musste kurzfristig

auf die entsprechenden Verordnungen zur Corona-Virus-Eindämmung reagieren. Nur so können wir die Sicherheit unserer Nutzer, Patienten sowie ehren- und hauptamtlichen Helfer gewährleisten!“

Doreen Roller

KV Uckermark-Ost

Videogespräche für Senioren ermöglichen

In den Tagen und Wochen, in denen das Corona-Virus unser aktuelles Leben bestimmt, trifft die Kontaktsperre gerade unsere Senioren besonders hart. Aus diesem Grund suchten wir nach einer Möglichkeit, dass unsere Senioren die familiären Begegnungen nicht allzu schmerzlich vermissen müssen. Wir griffen das Thema Videokonferenzen auf, wie sie aktuell in Wirtschaft und Politik stattfinden, und boten unseren Bewohnern an, über Videochat mit ihren Angehörigen in Kontakt zu treten. Zwar hat jeder unserer Senioren in seinem Zimmer ein Telefon, jedoch mussten wir fest-

stellen, dass es manchmal eben einfach mehr sein muss als lediglich der Klang der Stimme am Telefon. Ob für Bewohner im Haus oder Angehörige außerhalb der Einrichtung: Beide Seiten kämpfen mit dem gegenseitigen Vermissen, besonders, da niemand genau sagen konnte, wie lange diese Einschränkungen bestehen bleiben würden.

Das Angebot wurde bereits angenommen und wir sind auch selbst zutiefst berührt, welche Emotionen bei einem Videotelefonat zwischen den Gesprächspartnern ausgelöst wurden. Die Bewohner strahlten, als sie mit wenigen Mausklicks große Entfernungen überwinden und ihren Angehörigen zuwinken konnten.

Einer unserer Senioren, Ferdinand Kelm, stellte beinahe schmerzhaft fest, dass er „viel zu früh geboren wurde“. Er kann das ganze Angebot der aktuellen Möglichkeiten gar nicht richtig nutzen und freute sich riesig, mit seinem Enkel aus Norwegen in Kontakt zu treten.

Und wenn ein Bewohner nach einem Videogespräch glücklich und zugleich beruhigt ist, da es seinen Lieben gut geht und diese wohl auf sind, dann erfüllt es auch uns mit Freude und motiviert uns umso mehr, weiterzumachen und trotz erschwerender Umstände durchzuhalten.

Jacqueline Klemm



Ferdinand Kelm (95) freut sich über Kontakt zu seinem Enkel in Norwegen.

KV Forst Spree-Neiße

Kostenfreie Mittagsverpflegung während der Corona-Pandemie in städtischen Kitas und Schulen



Gemeinsam im Einsatz: Simone Taubenek, Bürgermeisterin der Stadt Forst und Regina Schneider, Geschäftsführerin des DRK-Kreisverbands haben im März das Team „Forster Zusammenhalt“ ins Leben gerufen.

Das gemeinsame Team „Forster Zusammenhalt“ der Stadt Forst (Lausitz) und des DRK-Kreisverbands Forst Spree-Neiße e.V. hat mit Unterstützung des Landkreises Spree-Neiße ab dem 11. Mai 2020 eine kostenfreie Mittagsverpflegung für Kinder in städtischen Einrichtungen organisiert, die diese nicht besuchen konnten.

Seit März haben die Einwohnerinnen und Einwohner der Stadt Forst (Lausitz) viele Einschnitte des öffentlichen Lebens zur Eindämmung der Corona-Pandemie erlebt. Dazu zählte auch die Schließung der städtischen Kitas Kinderland, Waldhaus und Regenbogen

und der städtischen Grundschulen Nordstadt, Mitte und Keune sowie der Gutenberg-Oberschule. Nur die Notbetreuung nach eng festgelegten Kriterien war unter bestimmten Voraussetzungen möglich.

Die Stadt Forst (Lausitz) hat sich daher in Abstimmung mit dem Landkreis Spree-Neiße entschlossen, allen Kindern, die einen Anspruch auf ein kostenfreies Mittagessen aus dem Bildungs- und Teilhabepaket haben, dieses Mittagessen zur Verfügung zu stellen, auch wenn die Kinder nicht in der Notbetreuung in einer städtischen Kita waren oder den Unterricht in der Schule wieder aufgenommen haben.

Im Rahmen des Teams „Forster Zusammenhalt“ wurde bis zum 30. Juni durch den DRK-Kreisverband Forst Spree-Neiße eine Ausgabestelle für das kostenfreie Mittagessen in der DRK-Begegnungsstätte, Otto-Nagel-Straße 4a, eingerichtet.

Das kostenfreie Mittagessen in der Ausgabestelle der DRK-Begegnungsstätte ist eigenständig zu organisieren. Um die Einhaltung des Abstands von mindestens 1,5 Metern zu anderen Personen und das Tragen eines Mund- und Nasenschutzes wird gebeten. Die Speisen müssen noch am selben Tag verbraucht werden.

Wenn Kinder einen bestätigten Anspruch auf Notbetreuung in einer städtischen Kita oder im Hort haben und diese Einrichtung besuchen bzw. am Unterricht in einer städtischen Schule teilnehmen, erhalten die Kinder dort das kostenfreie Mittagessen. Eine separate Anmeldung ist dann nicht mehr notwendig. **Antje Claus**

KV Potsdam/Zauch-Belzig

DRK versorgt innerhalb von drei Tagen 4.900 Arztpraxen mit Schutzmaterial

Der Fahrdienst des DRK-Kreisverband Potsdam/Zauch-Belzig bewältigte am 21. März eine große logistische Herausforderung. Zu Beginn der Corona-Krise waren die Schutzmittel knapp, weshalb die Kassenärztliche Vereinigung Brandenburg (KVBB) und der Bund Schutzmasken, Kittel und Desinfektionsmittel kauften, um die relevanten medizinischen Bereiche zu schützen. Die KVBB organisierte beispielsweise 50.000 Atemschutzmasken für Krankenhäuser und Arztpraxen. Hinzu kamen noch die Lieferungen von Schutzausrüstung des Bundes für das Land Brandenburg.

In einer 500 Quadratmeter großen leerstehenden Lagerhalle wurden Atemmasken, Schutzanzüge, Schutzbrillen, Desinfektionsmittel und Handschuhe gesammelt. Das DRK verteilte diese Mittel innerhalb kürzester Zeit in allen Landkreisen. 140 Mitarbeiter und 85 Autos versorgten in drei Tagen 4.900 Praxen mit den notwendigen Schutzmitteln im Kampf gegen das Corona-Virus.

Benjamin Key, DRK-Fahrdienstleiter Potsdam/Zauch-Belzig



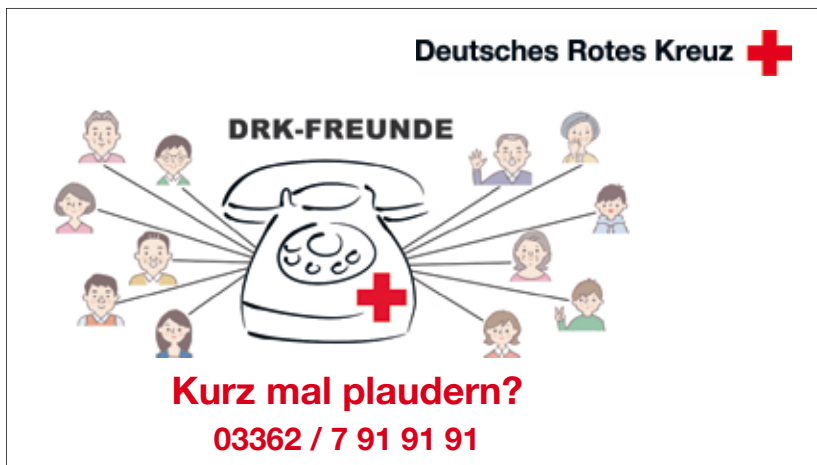
Logistische Planung: Der Fahrdienst des DRK in Potsdam gewährleistete mit großem Einsatz in kürzester Zeit die Sicherung von Arztpraxen im Land.

KV Märkisch-Oder-Havel-Spree

Gesprächsprojekt „DRK-Freunde“ geht an den Start

Seit dem 2. April 2020 können die Bürger in und um Erkner eine Gesprächsnummer des Deutschen Roten Kreuzes nutzen. Das kostenfreie, anonyme Angebot des ehrenamtlichen Projekts „DRK-Freunde“ richtet sich an alle Menschen, die in Zeiten der Corona-Krise isoliert sind und gerne mit jemandem am Telefon reden möchten. Von Montag bis Sonntag zwischen 18 und 19 Uhr freuen sich die „DRK-Freunde“ unter der Telefonnummer 03362 791 91 91 auf die Gespräche.

erleben, wie wichtig und beglückend soziale Kontakte für uns Menschen sind. Dieses Glück spenden wir nun auch anderen, indem wir Gespräche auf Augenhöhe führen“, sagt Ellen Schneider, Koordinatorin des DRK-Großelterndienstes in Erkner und Schöpferin der DRK-Freunde. Eine Grundlagen-Schulung der Ehrenamtlichen wurde auf Basis der Ausbildung zum Elternbegleiter des Bundesprogramms des Europäischen Sozialfonds durchgeführt. Grundlage für alle Gespräche ist das Konzept der dialogischen Gesprächsführung. Hierbei geht es um die Kunst des Zuhörens, Offenheit und Vertrauen im Dialog und die Wertschätzung gegenüber dem Gesprächspartner. Die notwendigen technischen Mittel stellt das Kommunikationsunternehmen 4Com den DRK-Freunden kostenfrei zur Verfügung. Das Hannoveraner Unternehmen bietet seit mehr als 15 Jahren innovative Call-Center-Lösungen mittels Cloud für Firmen jeglicher Größe und Branche an. Auch die Stadt Erkner sowie die lokalen Kirchengemeinden und Gewerbe unterstützen die DRK-Freunde aktiv. Das erforderliche Wissen zum Projektstart stammt aus einem früheren Stipendium der „start social e.V.“. Die notwendigen Kontakte zur Umsetzung entspringen vorwiegend dem Netzwerk vom Lokalen Bündnis für Familie. Weitere Informationen, Flyer zum elektronischen Teilen in sozialen Netzwerken oder zum Ausdrucken finden Sie unter www.familienbuenndnis-erkner.de



Die Anrufer werden per Zufall mit einem von 20 ehrenamtlichen Helfern verbunden, um sich über verschiedenste Themen auszutauschen, die sie in Zeiten der Corona-Krise beschäftigen. „Die Idee ist aus dem DRK-Großelterndienst entstanden, wo wir täglich

Die notwendigen Kontakte zur Umsetzung entspringen vorwiegend dem Netzwerk vom Lokalen Bündnis für Familie. Weitere Informationen, Flyer zum elektronischen Teilen in sozialen Netzwerken oder zum Ausdrucken finden Sie unter www.familienbuenndnis-erkner.de

Jule-Sophie Hermann

KV Ostprignitz-Ruppin

Notruf aus Italien

Die schwere Corona-Krise (Covid-19) ist auch an Certaldo, der Partnerstadt von Neuruppin, nicht spurlos vorübergegangen. Die Freiwilligen des Roten Kreuzes (CRI) in Certaldo sind unermüdlich für die Versorgung der Bürger im Einsatz, von Lebensmittellieferungen bis hin zu Covid-19-Einsätzen. Allerdings mangelt es an Geld für Schutzausrüstung. Diese Ausrüstung ist aber zur Sicherung der Einsatzbereitschaft unbedingt erforderlich.

Aus diesem Grund hat sich der DRK-Kreisverband Ostprignitz-Ruppin e.V. dazu entschieden, für die Partner in Certaldo eine Spendenaktion zu starten und die ehrenamtlichen Rotkreuz-Helfer in Italien zu unterstützen. 16.000 Euro kamen bereits zusammen und konnten den Kameraden in Certaldo überwiesen werden. Rund 13.000 Euro davon waren gesammelte Spenden und der Rest wurde durch unsere Kameraden aufgebracht.

Die finanzielle Unterstützung konnte für die Anschaffung von Infektionsschutzmaterial verwendet werden. Michael Zander



Sammlung: (v.l.) Kay Gerhardt, Gordon Pelzer und Vorstand Ronny Sattelmair präsentieren den ersten Scheck der Spenden aus dem Kreisverband.



Vorbereitung: Vorstand Andreas Griebel (Bild links/re.) und Bundestagsabgeordnete Dr. Dietlind Tiemann (Bild rechts/li.) unterstützen beim Sortieren und Verpacken der Lebensmittel.

KV Brandenburg/Havel

Die Brandenburger Tafel jetzt wieder für die Havelstädter geöffnet

Nachdem die Tafel erst im Dezember mit dem Umzug nach Hohenstücken eine große Herausforderung bewältigt hatte, ließ die nächste nicht lange auf sich warten. Mit der Corona-Krise wurde die Brandenburger Tafel vor einige Probleme gestellt.

Ende März musste die öffentliche Ausgabe in der Warschauer Straße 19 erst einmal eingestellt werden. „Die Menschen stehen normalerweise dicht in Grüppchen vor der Tür. Das geht nach den neuen Verordnungen nicht“, begründet Vorstand Andreas Griebel diesen Schritt. Auch die verschärften hygienischen Bedingungen wurden für die Ausgabe zum Problem. Bisher holten sich die Kunden die Waren selbst aus Kisten und sortierten sie in die mitgebrachten Beutel, was seit Corona nicht mehr möglich war.

Nach großen Umstrukturierungen innerhalb der Tafel und im Außenbereich konnte die Brandenburger Tafel am 1. April 2020

wieder öffnen. Gemeinsam mit dem DRK-Kreisverband Brandenburg a.d. Havel, der Quarantänehilfe Brandenburg und der Bundestagsabgeordneten Dr. Dietlind Tiemann wurde in Vorbereitung auf die Eröffnung sortiert und verpackt. Der Ablauf wurde verändert und für die Mitarbeiter wurden persönliche Schutzmaßnahmen getroffen. Weiterhin wurden die Lebensmittel in vorgefertigten Papiertüten vor der Brandenburger Tafel einzeln zur Verfügung gestellt.

Aufgrund der aktuellen Lage kam es zum Ausfall von Mitarbeitern, die einer Risikogruppe angehören. Dennoch haben sich viele Freiwillige gefunden, um sich zu engagieren und die Tafel zu unterstützen.

Die Ausgabe bei der Brandenburger Tafel erfolgt täglich ab 13:30 Uhr.

Nicole Grabow

KV Prignitz

Corona-Teststelle in Perleberg

Neun Wochen lang wurde in der Rolandhalle in Perleberg eine Corona-Teststation aufrechterhalten. Vom 23. März bis zum 19. Mai wurden 694 Bürgerinnen und Bürger getestet, von ihnen waren 25 infiziert.

119 ehrenamtliche Helferinnen und Helfer des Deutschen Roten Kreuzes leisteten mehr als 700 Einsatzstunden. Es bildete sich im Laufe der Zeit eine Stammbesetzung von 21 Kameraden, darunter der Ruheständler Jürgen Jahncke, der Anmeldungen entgegennahm, Kontakt zu Ärzten und Probanden hatte und die Unterlagen für die Tests vorbereitete.

Landrat Torsten Uhe und Amtsärztin Dagmar Schönhardt bedankten sich für die hohe Einsatzbereitschaft der engagierten Truppe. Ein zusätzliches Dankeschön für die Helfer waren Einsatzhelme und -handschuhe, die mit Unterstützung der Kreissparkasse Prignitz angeschafft werden konnten.

Marc Histermann
Kreisbereitschaftsleiter



Übergabe der 42 gesponserten Einsatzhelme und 50 Handschuhe an den Kreisbereitschaftsleiter. Von links: André Wormstädt (Sparkasse Prignitz), Kreisbereitschaftsleiter Marc Histermann, Torsten Uhe, Landrat des Landkreises Prignitz

KV Fläming-Spreewald/KV Märkisch-Oder-Havel-Spre

Versorgung vom Motorrad aus

Als am 19. März die Grenzen nach Polen geschlossen wurden, bildeten sich bis zu 50 Kilometer lange Staus. Reisende, Pendler und Fernfahrer steckten auf den Bundesautobahnen A11 und A12 fest.

Um die Menschen in dieser nervenaufreibenden Situation zu versorgen, waren die Einsatzkräfte der Motorradstaffel Fläming-Spreewald und die Motorradstaffel der Johanniter tagsüber und nachts in der Staubbetreuung aktiv. In Abstimmung mit der Polizei versorgten sie die Menschen mit Getränken und Lebensmitteln und leisteten im Ernstfall auch medizinische Erstversorgung. Die Vorbereitung der Staubbetreuung übernahm die DRK-Bereitschaft Frankfurt (Oder).

Am 26. März traf der Brief einer polnischen Staatsbürgerin ein, die mehr als 35 Stunden im Stau verbracht hatte: „... aber nachts erschienen Engel!“ Mit einem sehr netten Brief bedankte sie sich bei den Helfern vom Deutschen Roten Kreuz und der Bundespolizei, die sie und viele andere mit warmem Tee, Kaffee und Snacks versorgt hatten.

Wir danken unseren Kameraden für den tollen Einsatz!

Nils Körper



KV Lausitz

BASF Schwarzheide spendet Desinfektionsmittel

Die BASF Schwarzheide GmbH hat im April Teile der Produktion auf Hand-Desinfektionsmittel umgestellt und verteilt es kostenlos an medizinische Einrichtungen in der Region. Davon profitierten auch verschiedene Bereiche des DRK-Kreisverbands Lausitz. So erhielten der Ortsverein Ruhland, die Wohnstätten für Menschen mit Behinderung in Schwarzheide und Senftenberg sowie der Seniorenwohnpark in Großräschen das dringend benötigte Hand-Desinfektionsmittel.

Ziel der BASF Schwarzheide GmbH war es, der deutlich erhöhten Nachfrage und dem daraus entstandenen Engpass zu begegnen. Dafür wurde dem Unternehmen vom Gesundheitsministerium Brandenburg eine Ausnahmegenehmigung erteilt. Das Mittel für die Hand-Desinfektion wurde von BASF in Fünf-Liter-Kanistern verpackt und sowohl durch den Krisenstab des Landkreises Oberspreewald-Lausitz als auch vom Unternehmen selbst verteilt.

„Wir wissen, wie angespannt die Lage ist. Als Unternehmen mit regionaler Verantwortung stellen wir uns dieser und tun unser Möglichstes, um bei der Verfügbarkeit von Hand-Desinfektionsmittel zu helfen. So konnten wir bereits über 30 medizinische Einrichtungen versorgen“, sagt Jürgen Fuchs, Vorsitzender der Geschäftsführung der BASF Schwarzheide GmbH. „Mein besonderer Dank gilt hierbei den Mitarbeitern und Partnern, die es möglich machten, die vorhandenen Versuchsanlagen umzufunktionieren und so schnell unbürokratische Hilfe zu leisten.“

Die Herstellung des Hand-Desinfektionsmittels beruht auf Rohstoffen, die nur in begrenzter Menge am Standort zur Verfügung stehen. Schnell zu helfen ist in der aktuellen Situation wichtiger gewesen, als langfristig eine Herstellung abzusichern. Das Aufrechterhalten der weiteren Produktion von Hand-Desinfektionsmittel bleibt deshalb eine Herausforderung.

Der DRK-Kreisverband Lausitz bedankt sich recht herzlich für die Spende der BASF.

Dunja Petermann



Im Einsatz: Mitglieder der Motorradstaffel, Bild unten: Andreas Bartmann und Roberto Unger

KV Märkisch-Oder-Havel-Spree

Briefe an die Kinder der Kita Pusteblume

Liebe Kinder,

jetzt haben wir uns schon über eine Woche nicht gesehen und wir hoffen, Euch geht es allen gut. Sonst ist es hier in der Kita wuselig und viele Kinder haben Spaß. Jetzt ist es hier eher ruhig und es sind nur wenige Kinder in der Notbetreuung.

Wir denken aber jeden Tag an Euch, die zu Hause sind, und fragen uns, wie Euer Alltag jetzt aussieht. Um Euch ein bisschen die Langeweile zu vertreiben, haben wir ein paar Bastelideen, Ausmalbilder und Experimente zusammengestellt.

Wir wünschen Euch und Eurer Familie, dass Ihr gesund bleibt. Passt gut auf Euch auf und wenn Ihr möchtet, dann schreibt uns oder malt ein Bild. Darüber würden wir uns sehr freuen. Die Post bringt uns dann Eure Briefe und wir schreiben zurück! Oder malt für die alten Menschen in Euer Nachbarschaft, sie bekommen jetzt keinen Besuch von ihren Enkeln. Sie freuen sich bestimmt über Eure selbst gemalten Bilder oder Gebasteltes.

Es ist für uns alle nicht einfach zu verstehen und zu begreifen, aber wie in dem Kinderlied „Gemeinsam sind wir stark“ werden wir auch diese Krise überstehen. Seid alle recht herzlich begrüßt und seid vorsichtig, aber vor allem: Bleibt gesund!

Liebe Grüße senden Gerlinde
und das gesamte Team



KV Uckermark-West/Oberbarnim

Ein Haus – ein DRK

Nicht nur die Kreisgeschäftsstelle unseres Verbandes ist am 8. Juni 2020 in ihr neues Quartier gezogen. Gemeinsam mit der Sozialstation, dem Ausbildungszentrum und der Kleiderstube für jedermann befinden sich alle Einrichtungen nun in der Templiner Puschkinstraße 15/16. Einige Restarbeiten, besonders an der Hausfassade und im Außenbereich, sind noch zu erledigen, aber der Geschäftsbetrieb läuft in neuen, modern sanierten Büros.

Von der Planung im September 2017, die den Arbeitstitel „Alles unter einem Dach“ trug, bis zur Besitznahme des Gebäudes haben viele Bauarbeiter und Handwerker Tausende Stunden in die Sanierung des ehemaligen Amtssitzes gesteckt. Neben der Kreisgeschäftsstelle in Templin unterhalten wir in Eberswalde und Prenzlau Bereichsgeschäftsstellen.

Eine festliche Einweihung konnte wegen der Pandemiebeschränkungen nicht vorgenommen werden. Wir werden aber mit einem Hoffest und einem Tag der offenen Tür bei allen Akteuren Danke sagen und interessierte Mitglieder und Bürger zur Besichtigung einladen, wenn es die Abstandsregeln und Hygieneverordnungen erlauben. Zukünftig erreichen Sie uns unter der Telefonnummer 03987 700610.

Nico Brückmann
Vorstand des DRK-Kreisverbandes
Uckermark-West/Oberbarnim



Unsere neue Kreisgeschäftsstelle
kann sich sehen lassen.

Historische Orte für Rotkreuz-Reiseführer gesucht

Die Herausgeber der DRK-Schriftenreihe „Beiträge zur Rotkreuzgeschichte“ planen, 2021 einen „Rotkreuz-Reiseführer“ zu veröffentlichen, der zeigt, wo die Geschichte des Roten Kreuzes in Deutschland heute sichtbar ist. Für diesen speziellen Reiseführer bittet der DRK-Bundesverband um Unterstützung: Gibt es in Ihrer Region einen interessanten historischen Schauplatz? Dann melden Sie sich gerne bei Dr. Petra Liebner, Leiterin der



Abteilung für Historische Kommunikation und Medien des DRK-Bundesverbands. DRK-Schauplätze können Gebäude, Denkmäler oder eine Grabanlage sein. Der Ort kann früher eine wichtige Rolle für das DRK gespielt haben oder auch heute noch vom DRK genutzt werden. Ein Kriterium sollte sein, dass dieser Schauplatz ein Stück Rotkreuz-Geschichte erzählt und dazu animiert, diesen zu besuchen.

Jeder Hinweis ist willkommen. Gerne können Sie zusätzliche Informationen zur Geschichte und Bedeutung des Objekts sowie aktuelle und historische Arbeitsfotos übersenden. Alle Vorschläge werden im DRK-Generalsekretariat gesammelt und in einer Datenbank erfasst.

Das Herausbergremium wird alle Vorschläge anschließend sichten und

eine Auswahl für den geplanten Reiseführer treffen. Ein Kriterium ist zum Beispiel, dass von dem Ort in der Substanz noch ausreichend viel vorhanden ist. Auch sollte er möglichst öffentlich zugänglich sein.

Bitte schreiben Sie unter Angabe Ihrer vollständigen Kontaktdaten an: DRK-Generalsekretariat, Dr. Petra Liebner, Carstennstraße 58, 12205 Berlin oder per E-Mail an: liebnerp@drk.de

Trauer um Christoph Hain

In tiefer Trauer nimmt der DRK-Kreisverband Ostprignitz-Ruppin Abschied von einem engagierten und langjährigen Kameraden: Viel zu früh und nach kurzer, schwerer Krankheit verstarb an Christi Himmelfahrt plötzlich und unerwartet unser geschätzter Kamerad und sehr guter Freund Christoph Hain. Der Schmerz und die Anteilnahme in unseren Reihen zeigt, wie wichtig uns unser „Haini“ war, und lässt sich nicht in Worte fassen.

Christoph Hain war Träger des „Ehrenzeichens im Katastrophenschutz in Silber am Bande“, welches ihm vom Innenminister des Landes Brandenburg für seine langjährigen Verdienste als Sanitäter verliehen wurde.



Unser Mitgefühl gilt der Familie und allen, die ihn kannten und mochten. Es war uns eine Ehre, mit ihm auszurücken und ihn kennengelernt zu haben.

DRK-Kreisverband
Ostprignitz-Ruppin e.V.

Gedenkband für Christoph Brückner

Soeben ist der Gedenkband für Christoph Brückner erschienen. Der Ehrenpräsident des Deutschen Roten Kreuzes und letzte, als einziger demokratisch gewählte Präsident des DRK der DDR war im Juni 2019 wenige Monate vor seinem 90. Geburtstag verstorben.



Mehr als 60 Jahre lang war er, der im Hauptberuf den Lehrstuhl für Arbeitsmedizin an der Friedrich-Schiller-Universität Jena und der Charité in Berlin innehatte, dem Roten Kreuz in beiden deutschen Staaten verbunden. Er war vom Wirken des Roten Kreuzes zum Wohl aller zutiefst überzeugt und bis ins hohe Alter für den Verband unterwegs. Die Wiedervereinigung der beiden Rotkreuzgesellschaften

nach der Wende hat er maßgeblich mitgestaltet. In diesem Band erzählen 47 Rotkreuzler – aus dem Ehrenamt und aus dem Hauptamt, aus dem aktiven Rotkreuzleben und aus der Rückschau – ihre besonderen Erfahrungen und Erlebnisse mit dem Roten Kreuz: informativ, kritisch, persönlich, anekdotisch. So entsteht ein Stück Rotkreuzgeschichte, die Christoph Brückner neben all seinen anderen Betätigungsfeldern im Roten Kreuz immer ganz besonders am Herzen lag. Rainer Schlösser/Volkmar Schön (Hg.), Tutti fratelli, tutte sorelle. Gemeinsam für das Rote Kreuz. Zum Gedenken an Christoph Brückner. München: AVM-Verlag 2020. 300 Seiten. 28 Euro. ISBN 978-3-95477-113-4

Liebe Leserinnen und Leser,
bitte beachten Sie die Beilage der Firma
Deutsche Goldmünzen Gesellschaft mbH
in der vorliegenden Ausgabe.

Tipp für Zuhause: Wie Kinder Erste Hilfe lernen

In Zeiten einer weltweiten Krise, von der so gut wie alle Menschen direkt betroffen sind, wächst bei vielen das Solidaritätsgefühl – und die Bereitschaft, anderen in ihrer Not zu helfen. Schon die Kleinsten unter uns haben das Potenzial, dabei zu helfen, Leben zu retten. Mit den richtigen Kniffen können Erwachsene spielerisch dazu beitragen.

TONIA SORRENTINO

Vater-Mutter-Kind, Puppen-Kaffeetrinken, Teddybär-Füttern: Unabhängig von der Generation gehören diese Rollenspiele für ganz junge Menschen wohl zu den Beschäftigungs-Klassikern. Ganz unbeschwert lernen die Kleinen auf diese Weise, sich in andere Situationen und Charaktere hineinzuversetzen und verinnerlichen Abläufe und Handgriffe. Beim Setzen des Spiel-Rahmens sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt.

Wie wäre es also, einen langweiligen Regen-Nachmittag im Kinderzimmer oder auch den Samstagmorgen im Garten einmal mit Erster Hilfe am Lieblingsstofftier oder gleich am Papa zu gestalten? Das frischt die eigenen Kenntnisse auf eine schöne Weise wieder auf und ermöglicht es dem Nachwuchs, sowohl zwanglos mit Notsituationen vertrauter zu werden als auch ein Stückchen zu wachsen: an Erfahrung, Wissen und Verantwortung. Das macht Kinder und Angehörige gleichermaßen stolz.

Motivation ist gut, Ehrgeiz fehl am Platz

Wichtig ist, das Spiel an das Alter und die Belastbarkeit des Kindes anzupassen. Ein beängstigendes Szenario, wenngleich nicht real, eine zu schwierige Aufgabe und zu hoher Druck können schnell überfordern. Besser ist es, die Situation immer wieder aufzulockern, dem Sprössling viel Zeit und Raum zum Ausprobieren zu lassen, selbst mitzumischen und ihm das Gefühl zu geben, jederzeit gut aufgehoben zu sein. Es gilt, Notfällen ihren Schrecken, aber nicht den Ernst zu nehmen. Haben Sohn oder Tochter kei-

ne Lust mehr, sollten Eltern es bis auf weiteres gut sein lassen.

Die richtige Lösung raten

Wie bringt man einem Kind konkret Erste-Hilfe-Maßnahmen bei? Aus allem, was für Ersthelfer als Orientierung am Unfallort wichtig ist, kann zum Beispiel ein Ratespiel werden: Welche Fragen sind wichtig? Zum Beispiel: „Wer ist verletzt? Wer braucht als Erstes Hilfe? Sind weitere Personen vor Ort, die helfen können? Wer verständigt den Rettungsdienst?“ – Einzelne auf Karteikarten gebracht, können solche Fragen beantwortet oder gemeinsam mit weiteren potenziellen Ersthelfer-Schritten in die richtige Reihenfolge gelegt werden. Auch, was in diesen Fällen jeweils zu tun ist, kann einfließen, zum Beispiel als Quiz mit mehreren Antworten,

von denen das Kind die richtige aussucht. Eine Hilferuf-Übung kann zum Wettbewerb werden: Wer schreit am lautesten? Dabei ist natürlich Rücksicht auf unbeteiligte Personen geboten, um diese nicht zu erschrecken. Das Absetzen des Notrufs und das Ansprechen von Verletzten lassen sich als Rollenspiel üben, ebenso beispielsweise Zudecken, stabile Seitenlage, Körperteile ruhigstellen, Oberkörper hochlagern, Wunden verbinden. Am besten eignet sich dazu der Inhalt eines Verbandkastens mit überschrifteten Verbrauchsdatum. Alternativ können bunte Tücher und Pflaster zum Einsatz kommen. Kinder können auch aus der Helfer- in die Verletzten-Rolle schlüpfen. So bekommen sie ein noch deutlicheres Gefühl für die Situation – und sind eines Tages besser für den Ernstfall gewappnet.



Mehr zur Ersten Hilfe, zum Beispiel weitere praktische Tipps, Termine für Kurse in Ihrer Nähe sowie Informationen zum Jugendrotkreuz, finden Sie im Internet unter https://bit.ly/Erste_Hilfe_Kinder

Überforderung vorprogrammiert: Homeoffice und Kinderbetreuung waren während der Corona-Krise zu bewältigen.



Resilienz – Schutzschild gegen Stress und Krisen

Noch zu Jahresbeginn hätte wohl kaum jemand damit gerechnet, mit einer Krise ungeahnten Ausmaßes konfrontiert zu werden, in vielen Facetten, hautnah und mit ungewissem Ausgang. Die Corona-Pandemie ist eine extreme Herausforderung – und für viele auch eine ebenso starke Belastung. Resilienz hilft dabei, Stress- und Angstsituationen besser zu meistern. Wie lässt sich die innere Widerstandskraft stärken?

TONIA SORRENTINO

Aus dem Lateinischen übersetzt, bedeutet resilire „zurückspringen“. Resilienz in ihrer Urform beschreibt einen physikalischen Vorgang: dass Materialien, die sich unter großer Spannung verformen, wieder in ihren ursprünglichen Zustand zurückkehren. Wie ein Ball: Drückt man ihn zusammen, deltet er ein. Lässt man ihn los, wird er wieder rund. Auch Menschen können körperlich und mental resilient sein: Sie können besser mit Belastung umgehen, leiden weniger unter den Auswirkungen und finden schneller wieder aus der Situation heraus, zurück zum alten Befinden. Manche gehen gestärkt aus Krisen hervor: Ihre Schutzmechanismen und Selbstheilungskräfte sind besonders wirksam. Das Leibniz-Institut für Resilienzforschung mit Sitz im rheinland-

pfälzischen Mainz (LIR) definiert Resilienz als „die Fähigkeit zur Aufrechterhaltung oder Wiederherstellung psychischer Gesundheit während oder nach stressvollen Lebensereignissen“.

Resilienz kann man lernen

Diese seelische Widerstandskraft ist zwar zum Teil genetisch, aber auch von vielen beeinflussbaren Faktoren geprägt. Die Grundlage dieser Erkenntnis bildet eine Langzeitstudie der US-amerikanischen Psychologin Emmy Werner an knapp 700 Kindern von der Hawaii-Insel Kauai, wie die Psychotherapeutin Dr. Isabella Helmreich vom LIR schildert. „Die Frage, die aus den Studienergebnissen hervorgeht, ist: Warum schaffen es die einen gut aus einer Krise heraus,

andere aber nicht? Seitdem wird an den Faktoren geforscht.“ Eine Reihe von ihnen können wir beeinflussen, was nicht nur für akute, sondern auch für mögliche künftige Belastungen wichtig ist. Im schlimmsten Fall können kritische Zustände, die „unbearbeitet“ bleiben, zu psychischen Erkrankungen wie Depressionen führen. An der Kraft, Stresssituationen besser zu meistern und Krisen besser wegzustecken, können und sollten wir also unbedingt arbeiten. „Resilienz kann man bis ins hohe Alter lernen“, bestätigt Helmreich.

Wichtige Resilienz-Faktoren

Hoch relevant ist der Psychologin zufolge etwa, ein Problem aktiv anzugehen, es genau zu analysieren und Lösungsmöglichkeiten



zu finden. Oder die eigenen Gefühle zu ändern: sich zum Beispiel nicht mehr über das Problem zu ärgern, sondern es zu akzeptieren, in einen anderen Zusammenhang zu bringen und ihm so gelassener entgegenzutreten. Um eine Lage zu relativieren und objektiv zu bewerten, helfen Fragen wie: „Ist es tatsächlich so schlimm, wie es sich anfühlt? Habe ich wirklich keine Macht über meine Situation? Was kann schlimmstenfalls passieren? Wie würde ich oder ein Vorbild von mir gegensteuern?“ Auch Selbstwirksamkeit fördere Resilienz, so Helmreich: „Dabei bin ich mir bewusst, Schöpfer meiner eigenen Welt zu sein: mit der Fähigkeit, Dinge zu ändern.“ Ebenso wichtig sei Optimismus. „Damit meine ich nicht die rosarote Brille,

sondern trotz schwieriger Gegebenheiten zuversichtlich zu sein.“ Gerade ältere Menschen hätten diese Einstellung von „das wird schon werden“. Weitere Faktoren: ein unterstützendes soziales Netzwerk, gutes Selbstwertgefühl, Erleben positiver Emotionen sowie die Haltung, Schwierigkeiten als sinnstiftende Herausforderung statt als Bedrohung anzunehmen.

Übungen für mehr Widerstandskraft

„Das Gehirn kann in jeder Lebensphase neue Vernetzungen ausbilden, sodass man sich immer wieder neue Wege erarbeiten kann“, schildert Helmreich. „Um Resilienz zu üben, sollte man sich einen Überblick verschaffen, welche Fähigkeiten man schon hat und welche vielleicht noch unter der Oberfläche schlummern.“ Vielleicht habe man Freunde, wolle aber keine Hilfe annehmen. „Daran kann man arbeiten, indem man seine Haltung ändert und zum Beispiel ab und zu jemanden um einen Gefallen bittet, etwa, für ihn einzukaufen.“

Schnelle Erfolge erzielen Übungen, kleine Dinge im Alltag positiv wahrzunehmen, etwa einen Sonnenstrahl oder ein Lächeln. „Man kann solche Momente zum Beispiel jeden Abend im Glücks- oder Dankbarkeitstagebuch aufschreiben. Das schärft von Tag zu Tag den Blick für sie.“

Um gut mit Stress umzugehen, sei essenziell, wahrzunehmen, wann und warum dieser überhaupt auftaucht. Zu höherer innerer Balance tragen auch gesunde Ernährung, Bewegung und Anti-Stress-Praktiken wie Yoga und Meditation bei. „Zentral ist auch, immer ein sinnstiftendes Ziel zu verfolgen, und sei es noch so klein“, ergänzt Helmreich: einmal pro Woche mit einer lieben Person telefonieren, sich weiterbilden oder die eigene Biografie für die Enkel aufschreiben.

Einen Fahrplan, um besser mit lebensverändernden Situationen umzugehen, hat die American Psychological Association (APA) entwickelt:

- zuverlässiges soziales Netzwerk zur gegenseitigen Unterstützung aufbauen und pflegen
- gut für sich selbst sorgen, körperlich und seelisch, durch eine gesunde, achtsame Lebensweise
- sich realistische Ziele setzen und daran arbeiten, diese schrittweise zu erreichen
- objektiv urteilen, Stresssituationen als vorübergehenden Zustand betrachten, statt sie auf die Zukunft zu übertragen (lieber daran denken, wie es sich anfühlt, wenn alles überstanden ist, positiv denken)
- Gelerntes aus Fehlern für künftige Situationen nutzen, z.B. von vornherein gelassener reagieren, Selbstreflexion üben
- proaktiv agieren, selbst entscheiden und handeln, statt in Passivität zu verfallen
- professionelle Hilfe in Anspruch nehmen, wenn die eigenen Kapazitäten nicht ausreichen (z.B. Coaching, Selbsthilfegruppen, Psychotherapie)



Unterstützung in Krisenzeiten

Wer speziell angesichts der aktuellen Corona-Pandemie seine Stressresilienz stärken möchte, dem bietet das Leibniz-Institut für Resilienzforschung einen anonymen und kostenlosen Online-Kompaktkurs an.

Alle Infos unter: www.lir-mainz.de

Impressum

Brandenburger rotkreuzmagazin
Verbandszeitschrift des DRK-LV Brandenburg e.V.

Herausgeber:
Deutsches Rotes Kreuz, Landesverband Brandenburg e.V., Alleestraße 5, 14469 Potsdam, Telefon: 0331 2864-0, Fax: 0331 293284
www.drk-brandenburg.de
E-Mail: info@drk-lv-brandenburg.de

Herausgeberkonferenz:
Klaus Bachmayer (Vorstandsvorsitzender DRK-KV Märkisch-Oder-Havel-Spree e.V.), Hubertus C. Diemer (Vorsitzender des Vorstands), Marie-Christin Lux (Chefredakteurin), Wolfgang Rüstig (Geschäftsführer DRK-Blutspendedienst Nord-Ost gGmbH), Prof. Dr. Rainer Schlösser (Mitglied des Präsidiums), Bianka Sebischka-Klaus (Vorstandsvorsitzende DRK-KV Lausitz e.V.)

Redaktion:
Marie-Christin Lux (V.i.S.d.P.) – Erreichbar unter der Adresse des Herausgebers.
Stefanie Erdrich, Telefon: 030 318 69 01-17, erdrich@waechter.de

Erscheinungsweise: viermal im Jahr

Auflage: 40.000 Exemplare

Verlag, Vertrieb und Anzeigen:
Verlag W. Wächter GmbH, Bismarckstr. 108, 10625 Berlin, Telefon: 030 318 69 01-0, Fax: 030 312 82 04, E-Mail: info@waechter.de

Satz und Layout:
Verlag W. Wächter GmbH

Druck:
Bonifatius GmbH, Karl-Schurz-Straße 26, 33100 Paderborn

Adressänderungen:
Mitglieder senden ihre Adressänderungen bitte an ihren Kreisverband.

Für DRK-Mitglieder ist der Bezugspreis im Mitgliedsbeitrag enthalten. Bei Veröffentlichung wird nur presserechtliche Verantwortung übernommen. Nachdruck nicht namentlich gekennzeichnete Beiträge mit Quellenangabe unter Benachrichtigung der Redaktion gestattet. Für unverlangt eingesandte Manuskripte keine Gewähr. Rücksendung kann nur erfolgen, wenn Rückporto beiliegt. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die Meinung des Verfassers, nicht gekennzeichnete Beiträge die der Redaktion wieder.

Formulierung: Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird bei Personen- und Funktionsbezeichnungen die männliche Schreibweise verwendet, sofern sie sich nicht auf konkrete Personen bezieht. Selbstverständlich sind alle Geschlechter gemeint.



Scheidungskomödie

Wir verlosen in unserem Preisrätsel zehn DVDs der Scheidungskomödie „Und wer nimmt den Hund?“ mit Martina Gedeck und Ulrich Tukur.



Senden Sie eine Postkarte mit dem Lösungswort bis zum 19. Juli 2020 an: brandenburger rotkreuzmagazin, Alleestraße 5, 14469 Potsdam oder per E-Mail: info@drk-lv-brandenburg.de
Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.
Das Lösungswort des Preisrätsels in der Ausgabe 1/20 war IMMUNSYSTEM.

Herzliche Glückwünsche gehen an die Gewinnerinnen Karin Labitzke und Martina Grobba.

Datenschutz: Ihre übermittelten Daten werden ausschließlich zur Ziehung der Gewinner genutzt und anschließend vernichtet.

Georg (Ulrich Tukur) verpasst seiner Ehe mit Doris (Martina Gedeck) den Todesstoß, als er eine Affäre mit seiner Doktorandin Laura (Lucie Heinze) beginnt. Bis dahin galten Doris und Georg als Abziehbild eines glücklichen Paares der Hamburger Mittelschicht. Nun stehen sie – nach mehr als einem Vierteljahrhundert Ehe – mit zwei Kindern, Haus und Hund vor dem Scherbenhaufen ihrer Beziehung. Also entschließen sich die beiden zu einer Trennungstherapie.

Schul-leitung	auf-stellen	Düssel-dorfer Flanier-meile	Sportler	9	päpst-licher Gerichts-hof	Schiffs-zubehör	Figur der Quadrille	Figur in ‚Krieg der Sterne‘ (...Vater)	ritter-liche Lieb-haber	deutsche Vorsilbe: schnell
▶	8	▶	▶			▶	Sinnes-organ	▶	▶	▶
sichere Gewandt-heit	▶			10			Glas des Fensters	Ufa-Zufluss	▶	
4					dt.-am. Brecht-Kompo-nist †	lautlos	1			
ehem. Jesuiten-schule (Ital.)		ein Balte		nach-giebig	7			landsch.: fit		Trieb
gewitzt	▶	▶	2			Protein		englisch: und	▶	
▶				nieder-ländisch: eins		Steuer-gerät			3	
vorher, früher			Ham-burger Konzert-haus (KW)	▶				Ton-bezeich-nung		Abk.: in Insolvenz
Hunnen-könig	▶	6				Leiterin eines Klosters	▶		▶	
Absage	▶				störend, unan-nehm	▶			5	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

DP-waechter1310-0220-7

Das besondere Museumsobjekt

Ein Neuzugang in Corona-Zeiten

RAINER SCHLÖSSER

Am Ende des 6. Jahrhunderts soll ein chinesischer Gelehrter gesagt haben: „Ich würde es nie wagen, Papier mit Zitaten oder Kommentaren aus den Fünf Klassikern oder Namen von Weisen darauf für die Toilette zu verwenden.“ In späteren Zeiten war man da nicht so zögerlich. In der Zeit des „real existierenden Sozialismus“ informierten in der Sowjetunion die Prawda, in der DDR das Neue Deutschland, in Rumänien die Scînteia die Bevölkerung über die Äußerungen ihrer „Weisen“. Diese Zeitungen fanden sich freilich nicht nur auf dem Frühstückstisch, sondern, sorgfältig in ihre Einzelblätter zerrissen, oft auch auf den „Stillen Örtchen“.

Toilettenpapier war nicht erst in sozialistischen Zeiten vielfach Mangelware. Ein Berichterstatter über den Ersten Weltkrieg wunderte sich, dass Kriegsgefangene in Russland, die eigentlich heim wollten, sich so sehr für Flugblätter interessierten, die sie für einen neuen Kampfeinsatz rekrutieren sollten – bis sich herausstellte, dass sie die Blätter zu ganz anderem Zweck sammelten.

Angesichts solcher Alternativen, die die gewünschte Funktion ebenfalls erfüllen konnten, war Toilettenpapier an vielen Orten und zu vielen Zeiten überflüssiger Luxus, für den sich problemlos mehr oder weniger gleichwertiger Ersatz fand.

Nicht so in der Corona-Krise, die uns gerade beschäftigt! Von Anfang an griffen alle Nachrichtenkanäle gleichzeitig die sogenannten Hamsterkäufe auf: Zum gesuchten und stets vergriffenen Handelsgut gehörte auch besagtes Papier. Man las zum Beispiel von einer empörten Warenband-Besitzerin im Supermarkt, weil die Verkäuferin sie am

Kauf der von ihr gewünschten (Un-)Menge Papier hindern wollte. Man las von einem Fleischer, der eine Rolle als Zugabe versprach, wenn man nur für eine bestimmte Summe bei ihm einkaufte.

Fazit: Dem Toilettenpapier kommt in der Corona-Krise offensichtlich eine Schlüsselrolle zu. Was ja kein Wunder ist! Da heutzutage immer weniger Menschen eine Zeitung lesen, mangelt es an der früher zur Verfügung stehenden Alternative.

Die Museen wurden von verschiedenen Seiten schon zu einem frühen Zeitpunkt darauf hingewiesen, ihr Augenmerk auf die gesellschaftlichen Auswirkungen der Krise zu richten. Diese Epidemie sei ein einschneidendes Ereignis für jeden Teil der Gesellschaft überall auf der Welt und würde früher oder später für die museale Darstellung der Alltagsgeschichte relevant sein.

Auch und gerade das Rote Kreuz ist in vielerlei Hinsicht in die Bewältigung der Krise eingebunden. Schon als die ersten Fälle in Deutschland auftraten, griff man auf bewährte Rotkreuz-Kompetenz

(u.a. auch aus Brandenburg) zurück. So ist es nur selbstverständlich, dass Objekte im Kontext dieser Epidemie auch Eingang ins Rotkreuz-Museum finden.

Es trifft sich, dass der Vorstandsvorsitzende des Kreisverbands Fläming-Spreewald mitten in der Zeit, in der das Krisenmanagement seinen Alltag bestimmte, einen runden Geburtstag beging. Zu den Geschenken, die er erhielt, gehörte auch das hier präsentierte Objekt – und er gab diesen Schutz für ein besonders in der Krise unentbehrliches und mit allen Mitteln zu verteidigendes Alltagsgut in die Obhut des Museums.



STIFTUNG
 ROTKREUZ-MUSEUM
 IM LAND BRANDENBURG

Deutsches Rotes Kreuz 
DRK-Blutspendedienste

**SPENDE
LUT
EIM R TEN KREUZ** 

Erst wenn's fehlt, fällt's auf!

Jetzt mitmachen! www.missingtype.de

#missingtype