



extra. stark!

Aus Liebe zum Menschen

2018 | Nr.

01

Jahrgang 19



Rotkreuzmagazin Mecklenburg-Vorpommern

09.06.2018 • TETEROW BERGRINGLAUF



STARTZEIT 10:40 Uhr und 11:15 Uhr

VERANSTALTER DRK Bildungszentrum Teterow
DRK Krankenhaus Teterow

STARTGELD Statt eines Teilnehmerbeitrages haben Sie die Möglichkeit, die Arbeit des DRK in Mecklenburg Vorpommern mit einer Spende zu unterstützen.

ANMELDUNG Fax 03996 1286-17 · Mail: info@drk-bz.de

INFO Anreise am Vorabend und Übernachtung im DRK Bildungszentrum Teterow ist möglich.

Deutsches Rotes Kreuz 
DRK Bildungszentrum Teterow gGmbH

1,8 KM JEDERMANNSLAUF • 6,0 KM DRK BERGRINGLAUF

WWW.DRK-BERGRINGLAUF.DE



SAUBERE LEISTUNG. REINES GEWISSEN.

Gebäudereinigung • Glasreinigung • Unterhaltsreinigung
Garten- und Landschaftspflege uvm.

Vier mal in unserer Region.
Rügen, Stralsund, Greifswald und Rostock.

Mehr auf WWW.IBR-VORPOMMERN.DE

IBR
DIENSTLEISTUNGEN
FÜR PRIVAT UND GEWERBE



06



08



17



28



31

Für Online-Leser:
Nutzen Sie den nebenstehenden QR-Code.



extra.stark!

Inhalt

03

Editorial

Ekkehard Giewald | Vorstandsvorsitzender des DRK-Kreisverbandes Nordwestmecklenburg e. V. 04

International

Konflikt, Hunger und Cholera – Überlebenshilfe im Krisengebiet Jemen 05

Bundesweit

Von Altenpflege bis Zuwanderung | DRK-Präsidentin Gerda Hasselfeldt im Interview 06

Rettungsdienst

Ausgezeichnete Ausbildung beim Rettungsdienst | Auszubildende Lena Kniesel geehrt 08

Pflege und Betreuung

Die HelferIn mit dem sympathischen Lächeln | Madlen Menzel von der Sozialstation in Garz/Rügen 09

Erste Hilfe

Höheres Niveau bei Fortbildungen in Erster Hilfe | Erste Erfahrungen 10

Landesweit

Erfolgreiches Projekt – „Schule und DRK“ ausgezeichnet 11

Jugendrotkreuz

„Gut für Dich“ | JRK-ler setzen sich für eine bessere Welt ein 12

Neues aus den DRK-Kreisverbänden und -Einrichtungen

Nordwestmecklenburg | 25 Jahre Familienbildungsstätte in Grevesmühlen 13

Ostvorpommern-Greifswald | Neue Ideen zur Gewinnung von Helfern 14

Rostock | Gemeinsam statt einsam – die Rostocker Ortsgruppe Nordwest 15

Rügen-Stralsund | Ehrenamt ist Herzensache 16

Nordvorpommern | Achtklässler werden Ersthelfer 17

Demmin | Das Highlight der Woche – Behinderte Menschen fühlen sich in ihrem Treff geborgen 18

Neubrandenburg | Mit ganz viel Herz und Empathie - Anneliese Kränz im Porträt 19

Mecklenburgische Seenplatte | Angst hat viele Gesichter – 3. Palliativtag in Neustrelitz 20

Parchim | Schmerzen lindern, Angst nehmen, in Würde sterben 21

Blutspende

Blutspende mit Biss – Außergewöhnliche Aktion begeisterte Spender 22

Soziale Freiwilligendienste

Einsatzstellenkonferenz mit Special Guests 23

Pflegeeinrichtungen

Das Alter genießen | Wer im Betreuten Wohnen lebt, hat weniger Sorgen 24

Bildungszentrum

Ein Team steht für den guten Geschmack | Verführerische Buffets und zufriedene Gäste 25

Krankenhaus

DRK-Krankenhaus Teterow | Moderne CT-Technik auch für externe Patienten 26

Krankenhaus

DRK-Krankenhaus Neustrelitz | Die Mistel in der Krebstherapie 27

Ratgeber

Selbstschutz im Rettungsschwimmen 28

Soziale Betreuungsdienste

Schritt für Schritt zurück ins Leben 29

Zeichen setzen

Menschen, die aktiv helfen – Das Rote Kreuz sagt Danke! 30

Preisrätsel | Tipps für Leser | Impressum 31

Liebe Leserinnen und Leser, liebe Rotkreuzmitglieder,

wenn Sie diese Ausgabe unseres Rotkreuzmagazins „extra.stark!“ in den Händen halten, hat der Frühling Einzug gehalten. Überall rücken fleißige Menschen den Spuren des Winters zu Leibe, räumen auf und machen alles flott für die wärmeren Jahreszeiten. Auch die aktiven Mitglieder unserer Rotkreuzgemeinschaften bereiten sich nun auf kommende Einsätze vor. Sie kontrollieren ihre Einsatzmittel, warten die Technik, qualifizieren sich und nehmen an Lehrgängen teil, um für die kommenden Aufgaben fit zu sein – bei der Absicherung vielfältiger Veranstaltungen im ganzen Land oder der Bewachung der Badestrände und Freibäder.

Seit Jahrzehnten leistet das Rote Kreuz dort Hilfe, wo sie gebraucht wird. Wichtiger denn je ist die Hilfe für Menschen in Not – sei es bei der Unterstützung mit Lebensmitteln von der Tafel oder mit Kleidung, die ehrenamtliche Unterstützung älterer und kranker Menschen, junger Familien oder von Flüchtlingen. Die Herausforderungen werden immer größer, die Aufgaben immer mehr. Trotzdem hilft mein DRK-Kreisverband Nordwestmecklenburg zudem notleidenden Menschen in Lida (Weißrussland). Wir unterstützen dort seit 25 Jahren Krankenhäuser, Kinderheime und den Behindertenverband. Dass man sich immer auf das Rote Kreuz verlassen kann, wissen auch die engagierten Mitglieder der Lidahilfe. Die vertrauensvolle Zusammenarbeit bei diesem wichtigen Projekt hat letztendlich dazu geführt, dass sich die Lidahilfe am 1. Januar 2018 dem DRK-Ortsverein Grevesmühlen angeschlossen hat, um das Engagement unter dem Dach des Roten Kreuzes fortzusetzen.

Nach den Grundsätzen des Deutschen Roten Kreuzes werden in unserem Kreisverband seit kurzem u. a. psychisch kranke Menschen betreut. Auf Bitte des Grevesmühlener Vereins „Die Insel“, der von einer Insolvenz bedroht war, hat die DRK Soziale Betreuungsdienste gGmbH den wirtschaftlichen Geschäftsbetrieb übernommen. Hier – wie übrigens auch mit den Pflegeeinrichtungen in unserer Region sowie dem Krankenhaus – sehen wir als Kreisverband viele Möglichkeiten der Zusammenarbeit. Demnächst wollen wir zum Wohle der uns anvertrauten Menschen gemeinsame Projekte auf den Weg bringen.

Lesen Sie in dieser Ausgabe des Magazins die Geschichte einer jungen Frau, die gerade im Sozialtherapeutischen Zentrum „Am Gerberhof“ in Grevesmühlen nach einer langen Odyssee erste Schritte in ein neues Leben macht.

Besonders hinweisen möchte ich Sie, liebe Leserinnen und Leser, auf das Interview mit der DRK-Präsidentin Gerda Hasselfeldt, die darüber spricht, worin sie die derzeitigen Schwerpunkte, Herausforderungen und Potenziale der Rotkreuzarbeit sieht.

Den Fachkräftemangel können wir nicht wegdiskutieren, aber wir können alles dafür tun, dass sich unsere Mitarbeiter wohlfühlen – ob in der Pflege und Betreuung, in der Kinder- und Jugendarbeit, im Rettungsdienst sowie den anderen Bereichen. Mehr Wertschätzung ihrer Arbeit und ihres Engagements, flexible Arbeitsbedingungen sowie attraktive Vergütungen können dazu beitragen, die Mitarbeiter bis zum Eintritt ins Rentenalter zu halten – so wie Anneliese Kränz aus dem Kreisverband Neubrandenburg, die nun nach 45 Jahren in den Ruhestand geht.

Ein weiterer Schwerpunkt muss darauf liegen, eigenen Nachwuchs auszubilden, wie das Beispiel von Lena Kniesel im Kreisverband Parchim zeigt. Sie hat nicht nur eine Ausbildung zur Kauffrau im Gesundheitswesen absolviert, sondern qualifizierte sich auch noch zur Rettungssanitäterin.

Natürlich brauchen wir weiterhin ein starkes Ehrenamt. Wie man Menschen aller Altersgruppen dafür begeistern kann, hat der DRK-Kreisverband Ostvorpommern gemeinsam mit Studenten untersucht und neue Ideen für die Helfergewinnung entwickelt, auf die wir gespannt sein dürfen.

Helfen muss zur Herzenssache möglichst vieler Menschen werden. Hier gefällt mir u. a. das Beispiel aus Nordvorpommern, wo Achtklässler mit großer Begeisterung lernten, wie man Erste Hilfe leistet.

Es gibt so viele Beispiele für richtig gute Rotkreuzarbeit in unserem Land, über die regelmäßig in diesem Magazin berichtet wird. Deshalb lade ich Sie ein, weiterhin unsere treuen Leser zu bleiben und uns mit eigenen Ideen und Initiativen zu unterstützen.

Ich wünsche Ihnen einen guten Start in den Frühling und ein schönes Osterfest.



Herzlichst Ihr

Ekkehard Giewald
Vorstandsvorsitzender
DRK-Kreisverband Nordwestmecklenburg e. V.

Überlebenshilfe im Krisengebiet Jemen

Die Menschen im Jemen erleben derzeit die größte humanitäre Krise der Welt. Seit zwei-einhalb Jahren herrscht Krieg im Land – mit katastrophalen Folgen für die Zivilbevölkerung. 8.4 Millionen Menschen sind vom Hungertod bedroht, davon 4.5 Millionen Kinder. Und die Zahl der Menschen, bei denen der Verdacht auf eine Cholera-erkrankung besteht, nähert sich einer Million. Das DRK leistet Überlebenshilfe.

Ein normales Leben zu führen, ist für die Menschen im Jemen unmöglich. Wichtige Infrastruktur wie Wasserversorgungsnetze, Straßen und Häfen ist weitreichend beschädigt und die Importe von Lebensmitteln, Medikamenten und Treibstoff sind stark eingeschränkt. Bargeld ist oftmals nicht verfügbar und das soziale Netz ist fast vollständig zusammengebrochen. All das hat verheerende Auswirkungen: So haben 16 Millionen Menschen keinen Zugang zu sauberem Wasser und mehr als die Hälfte der Bevölkerung ist auf Nahrungsmittelhilfe angewiesen. Ebenso haben mehr als die Hälfte der Jemeniten keinen Zugang zur Basisgesundheitsversorgung. Seit Mai 2017 verschärft ein Cholera-Ausbruch die Lage, der sich aufgrund des desolaten Gesundheitssystems und der katastrophalen hygienischen Bedingungen verheerend auswirkt. Der Bedarf an Hilfe ist enorm.

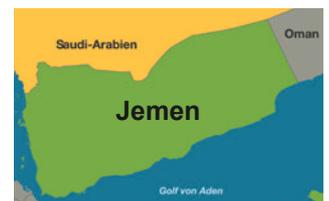
Das Rote Kreuz ist eine der wenigen Hilfsorganisationen, die im Jemen noch landesweit agieren. Gemeinsam mit dem Jemenitischen Roten Halbmond wird versucht, die Menschen in den besonders betroffenen Gebieten mit dem Notwendigsten zu versorgen und die Cholera einzudämmen. ■ C.M. / Quelle: DRK-Generalsekretariat



Cholera-Epidemie: Freiwillige Helfer sprechen mit Frauen über vorbeugende Maßnahmen und verteilen Seife sowie Informationsmaterial. Copyright: Yahya Arhab / IFRK

Das hat das Deutsche Rote Kreuz im Jahr 2017 im Jemen geleistet:

- 135.000 Menschen haben dank der DRK-Hilfe sauberes Wasser.
- 95.000 Menschen haben nun Zugang zur Basisgesundheitsversorgung.
- 12.000 Cholera-Tests wurden beschafft und verteilt.
- 10.000 Lebensmittelpakete konnten verteilt werden.



Spenden Sie jetzt beim Deutschen Roten Kreuz!

Ihre Spende hilft, Menschen in Not im Jemen zu unterstützen.

IBAN: DE 63370205000005023307

BIC: BFSWDE33XXX

Spendenzweck: Nothilfe Jemen

oder Online-Spende: www.drk.de/spenden

Von Altenpflege bis Zuwanderung: DRK stellt sich vielfältigen Aufgaben

Im Interview: DRK-Präsidentin Gerda Hasselfeldt

Gerda Hasselfeldt ist am 1. Dezember 2017 auf der Bundesversammlung zur Präsidentin des Deutschen Roten Kreuzes gewählt worden. Im Interview spricht sie über ihre persönliche Motivation und Schwerpunkte der Rotkreuzarbeit.

Was hat Sie gereizt, nach so vielen Jahren in der Politik die Rolle der DRK-Präsidentin zu übernehmen?

Hasselfeldt: Ich habe dieses Amt nicht angestrebt. Aber als ich im Sommer vergangenen Jahres darum gebeten wurde, meine Erfahrungen und Kontakte in eine ehrenamtliche Tätigkeit einzubringen, war der Reiz für mich dann doch sehr groß. Denn auch in der Politik habe ich die Arbeit des Deutschen Roten Kreuzes immer gefördert und den vielfältigen Einsatz der ehrenamtlichen Helfer unterstützt. Es ist eine unheimlich wichtige Arbeit für unsere gesamte Gesellschaft, für Menschen in Not im Inland wie im Ausland. Außerdem bin ich dem Deutschen Roten Kreuz schon seit Jahren als Fördermitglied eng verbunden.

Das DRK besteht aus dem Generalsekretariat, 19 Landesverbänden und dem Verband der Schwesternschaften sowie fast 500 Kreisverbänden und mehr als 4.500 Ortsvereinen. Werden Sie jetzt die große Deutschland-Tour starten?

Hasselfeldt: Ich bin bereits seit Wochen sehr viel in ganz Deutschland unterwegs, um unsere Landes- und Kreisverbände und die vielen Ehrenamtlichen vor Ort näher kennenzulernen. Die föderale Struktur des Deutschen Roten Kreuzes ist eine unserer großen und zentralen Stärken. Gerade auch durch die vielen Kreisverbände und Ortsvereine sind wir vor Ort fest in der Bevölkerung gesellschaftlich verwurzelt und verankert. Wir können dadurch genau dort für die Menschen aktiv Hilfe leisten, wo sie auch gebraucht wird. Gleichzeitig sind wir über das Generalsekretariat auf der bundesweiten Ebene präsent und werden über die Internationale Rotkreuz- und Rothalbmond-Bewegung unserem Anspruch gerecht, weltumfassend humanitär zu agieren. In 191 Ländern der Erde gibt es eine nationale Rotkreuz- oder Rothalbmond-Gesellschaft. Einerseits diese lokale Verankerung vor Ort, andererseits die Einbindung

in ein starkes internationales humanitäres Netzwerk – das macht die Einzigartigkeit und besondere Stellung des Deutschen Roten Kreuzes aus.

Was wollen Sie bewegen im neuen Amt?

Hasselfeldt: Mir liegt sehr viel daran, das Ehrenamt weiter gezielt zu fördern und zu stärken. Es ist ein zentrales Fundament unserer Gesellschaft. Allein im Deutschen Roten Kreuz haben wir drei Millionen Fördermitglieder, die Zahl der Ehrenamtlichen ist erfreulicherweise seit 2010 von 395.000 auf 415.000 gewachsen – der demografischen Entwicklung zum Trotz. Das gute Miteinander von Hauptamtlichen und Ehrenamtlichen ist dabei eine Besonderheit und Stärke in unserem Deutschen Roten Kreuz.

Bei welchen Bevölkerungsgruppen sehen Sie noch Potenzial für das Ehrenamt?

Das Wichtigste ist, immer wieder die Jugend zu begeistern. Wer in jungen Jahren erfährt, dass Helfen Freude und Spaß macht, dass man dabei Freunde, Wertschätzung und Anerkennung findet und noch eine ganze Menge dazulernt, der findet als Erwachsener oft wieder zu einem solchen Engagement zurück. Ein großes Potenzial sehe ich außerdem bei der älteren Generation, aber auch bei Menschen mit Migrationshintergrund. Insbesondere bei der großen und zentralen Aufgabe der Integration brauchen wir deren Hilfe und aktive Beteiligung.

Wie gut sind die DRK-Freiwilligendienste aufgestellt?

Hasselfeldt: Bei den Freiwilligendiensten muss dringend nachgebessert werden. Derzeit haben wir beim Freiwilligen Sozialen Jahr und beim Bundesfreiwilligendienst mehr Bewerber als Plätze. Diese sollten deutlich und dauerhaft aufgestockt werden. Allerdings



muss dabei die Qualität der pädagogischen Betreuung gewährleistet werden. Es darf außerdem nicht dabei bleiben, dass der Bundesfreiwilligendienst mit Flüchtlingsbezug im Jahr 2018 ausläuft. Da haben wir nach wie vor deutlichen Bedarf, und deshalb sollte dieses Sonderprogramm unbedingt in die regulären Freiwilligendienste FSJ und BFD integriert werden. Es wäre wichtig, wenn die neue Bundesregierung dieses in ihrer Agenda berücksichtigen könnte.

Wo sehen Sie weitere große Herausforderungen?

Wir haben weltweit eine Zunahme an Katastrophen, zwei Drittel davon hängen mit dem Klimawandel zusammen. Auch in Europa und Deutschland müssen wir uns stärker auf Extremwetterereignisse wie Starkregen, Überschwemmungen oder Hitzewellen einstellen. Die Bedrohung durch Terror oder Cyberangriffe auf unsere Infrastruktur nimmt ebenfalls zu. Die Ebola-Epidemie in Westafrika hat gezeigt, dass die Vorbereitungen auf epidemiologische und pandemische Lagen auch in Deutschland verbesserungswürdig sind. Der Bevölkerungsschutz in Deutschland muss hier ganz neu aufgestellt werden. Außerdem müssen wir uns den Herausforderungen durch den demografischen Wandel stellen. Es gibt zum Beispiel im Rettungsdienst, in den Kitas und in der Pflege einen massiven Mangel an Fachpersonal und einen intensiven Wettbewerb um qualifizierte Mitarbeiter. Es geht aber auch um eine Sicherstellung der gesundheitlichen Versorgung für die Bevölkerung im ländlichen Raum. Hier müssen wir als Deutsches Rotes Kreuz gesamtverbandliche Antworten finden.

Welche Maßnahmen sehen Sie als notwendig an gegen den Fachkräftemangel in der stationären Langzeitpflege und in der Krankenhauspflege?

Wir müssen aufpassen, dass wir die Pflege nicht schlecht reden. Es ist nicht nur eine anstrengende, sondern auch eine erfüllende Tätigkeit. Notwendig ist eine umfassende und nachhaltige Strategie gegen den Personalmangel. Es gilt, die Attraktivität des Pflegeberufes und die gesellschaftliche Akzeptanz – insbesondere auch

im Bereich der Altenpflege – zu steigern. Gute Rahmenbedingungen wie angemessenes Entgelt, Vereinbarkeit von Familie und Beruf, aber auch Qualifizierungsmöglichkeiten und Karrierechancen sind hierbei wichtige Faktoren. Diese Prozesse werde ich begleiten und unterstützen.

Wie wichtig sind die DRK-Blutspendedienste?

Was unsere DRK-Blutspendedienste mit Hilfe von Hunderttausenden freiwilligen Blutspendern leisten, ist beeindruckend. An sieben Tagen pro Woche stellen sie rund um die Uhr flächendeckend die Blutversorgung in ganz Deutschland sicher. Ohne unsere DRK-Blutspendedienste wäre die Blutversorgung als Teil der Daseinsvorsorge in Deutschland nicht möglich. Damit wird gewährleistet, dass jeder, wirklich jeder Mensch in Deutschland Zugang zu einer sicheren und umfassenden Blutversorgung erhält. Unsere DRK-Blutspendedienste stellen somit die nationale Blutreserve auch für besondere Lagen dar und versorgen auch Teile unserer Streitkräfte mit Blut.

Wie bewerten Sie die internationale Flüchtlingsbewegung?

Noch nie seit Ende des Zweiten Weltkrieges waren weltweit mehr Menschen auf der Flucht vor Gewalt als derzeit. Die Menschen überqueren als Flüchtlinge internationale Grenzen oder sind in ihrem Heimatland vertrieben. Von den mehr als 65 Millionen Menschen auf der Flucht suchen zwei Drittel – also etwa 43 Millionen – innerhalb ihres eigenen Staates Schutz vor Gewalt und Verfolgung als so genannte Binnenvertriebene. Diese Menschen stehen leider selten im Fokus; umso mehr haben wir als Rotes Kreuz hier eine besondere Verpflichtung, aber auch häufig einen Zugang, den sonst niemand hat. Besonders schlimm: Mehr als die Hälfte der Menschen auf der Flucht sind Kinder unter 18 Jahren. Die Gründe für Flucht und Vertreibung sind oft Armut und Krieg. Aber auch die Fluchtbewegungen als Folge von Katastrophen nehmen zu, häufig aufgrund des Klimawandels. Diese Aspekte werden wir in unserer internationalen Arbeit verstärkt berücksichtigen. ■

Quelle: DRK-Generalsekretariat / Fotos: Christine Mevius (4)



Ausgezeichnete Ausbildung beim Rettungsdienst

.....
Auszubildende Lena Kniessel geehrt

Lena Kniessel ist Kauffrau beim DRK-Rettungsdienst
Parchim-Ludwigslust.



Stolz ist Christoph Richter (41), Geschäftsführer beim Rettungsdienst Parchim-Ludwigslust, auf seine Auszubildende Lena Kniessel (22). Sie hat als eine der Besten die Ausbildung zur Kauffrau im Gesundheitswesen absolviert. Grund genug für die IHK zu Schwerin, Lena bei einer feierlichen Zeugnisübergabe am 18. September besonders zu ehren. Und ihren Geschäftsführer sollte sie gleich mitbringen. Denn auch der Rettungsdienst erhielt eine Urkunde und eine besondere Anerkennung für herausragende Leistungen in der dualen Berufsausbildung.

„Wir freuen uns sehr darüber, dass unser Engagement in der Ausbildung auf diese Art und Weise honoriert wird“, sagt Christoph Richter. „Gleichzeitig werden wir uns auf diesen Lorbeeren nicht ausruhen, sondern nehmen diese schöne Auszeichnung als Ansporn, auch in Zukunft den höchsten Ansprüchen als Ausbildungsbetrieb gerecht zu werden. Menschen wie Lena Kniessel bestätigen, dass es sich lohnt, sich engagiert zu qualifizieren.“

Die 22-jährige Pritzwalkerin war nach dem Abitur – wie viele ihrer Alterskollegen – nicht sicher, welchen Berufsweg sie ein-

schlagen sollte. Ein Lehramts- oder BWL-Studium hätte es auch werden können. Doch dann stieß sie im Internet auf den Ausbildungsberuf zur Kauffrau im Gesundheitswesen und gleich darunter auf eine Stellenanzeige des Rettungsdienstes. Von da an ging alles sehr schnell.

Lena Kniessel arbeitet inzwischen als Sachbearbeiterin in der Fakturierung. Und weil sie gerade so im Lernfluss war, hat sie bereits eine zusätzliche Ausbildung mit der Qualifizierung zur staatlich geprüften Rettungssanitäterin absolviert. Somit könnte sie zukünftig auch als Fahrerin im Rettungsdienst oder im qualifizierten Krankentransport tätig werden. Sie möchte in ihrem Leben noch viel erleben – am liebsten beim DRK.

Insgesamt absolvieren zurzeit fast 30 junge Menschen eine Ausbildung beim Rettungsdienst. Die meisten von ihnen als Notfallsanitäter. Die Chancen auf eine Übernahme nach erfolgreicher Abschlussprüfung stehen sehr gut. ■

Die Helferin mit dem sympathischen Lächeln

.....
Madlen Menzel kennen in Garz auf Rügen fast alle

extra.stark!

Pflege
und Betreuung

09

Madlen Menzels Berufswunsch stand von Anfang an fest: Sie wollte unbedingt Krankenschwester werden und in der Pflege arbeiten. Gesagt, getan: Seit dem 1. Oktober 2001 ist sie in der DRK-Sozialstation in Garz auf Rügen tätig.

Nach einem Schulpraktikum, das sie in ihrem Berufswunsch bestärkt hatte, absolvierte die junge Frau eine dreijährige Ausbildung. Als sie sich danach in der Garzer Sozialstation bewarb, wurde sie eingestellt und fand so ihre berufliche Herausforderung. Diese besteht vor allem darin, Menschen zu helfen, die Unterstützung im Alltag benötigen, damit dieser ein Stückchen leichter wird. Mittlerweile ist die Rügänerin in der Region als gute Seele der DRK-Sozialstation bekannt.

Für Madlen Menzel startet der Tag meistens in den frühen Morgenstunden. Je nach Pflegestufe und Dienstplan hat sie zwischen 20 und 30 Einsätze pro Tour bei hilfebedürftigen Menschen. Die Einwohner in der Region Garz und Umland – von Zudar bis Karnitz – zu denen sie ins Haus kommt, sind keine Unbekannten für sie. Die 36-jährige Pflegefachkraft kennt zahlreiche Frauen und Männer beim Vornamen und in aller Regel auch deren Familienangehörige.

Die Rotkreuzmitarbeiterin sieht es als ihre Berufung an, diesen Menschen zu helfen. Seit nunmehr 16 Jahren gehört sie dem heute 32-köpfigen Team an, das den größten Einzugsbereich einer DRK-Sozialstation auf der Insel Rügen zu betreuen hat.

Madlen Menzel ist mit ihrem Berufsstart 2001 in „große Fußstapfen“ getreten, wie sie selbst sagt. Ihre Vorgängerin war Inge Juchheim, die sich in der Region als Gemeindeschwester und Pflegekraft über viele Jahrzehnte Respekt und Anerkennung bei den Familien erarbeitet hatte.

„Der persönliche Umgang mit den pflegebedürftigen Menschen in ihren eigenen vier Wänden ist etwas Besonderes. Hier gehört man zur Familie, genießt viel Vertrauen“, so Madlen Menzel, die ihre berufliche Erfüllung gefunden hat, was durch ihr sympathisches Lächeln deutlich wird, wenn sie über ihren Beruf spricht.

Überhaupt: Sie hat immer ein Lächeln im Gesicht, steckt mit ihrer guten Laune Arbeitskollegen und Patienten an. „Wenn die Menschen zufrieden sind, bin ich es auch“, meint sie. Nach den vielen Jahren im Beruf kann sie sich nichts anderes mehr vorstellen, als in der Pflege für hilfebedürftige Menschen da zu sein und sie zu unterstützen. „Wenn sie in ihrem gewohnten Umfeld bleiben und sich auf unsere Unterstützung verlassen können, dann hilft es



Madlen Menzel arbeitet seit 2001 in der DRK-Sozialstation Garz. Die Arbeit in der Pflege war von Anfang an ihr Berufswunsch.

ihnen und den Familienangehörigen, den Alltag besser zu meistern“, hat Madlen Menzel in den zurückliegenden Jahren gelernt. Ihre täglichen Einsätze sind unterschiedlich: Die Behandlungspflege erfolgt besonders unter medizinischen Aspekten. Bei der Pflege geht es um viele kleine alltägliche Dinge, wie Hilfe im Haushalt, Körperhygiene oder auch einmal den einen oder anderen kleinen Schwatz zu halten. Wenn „Lenchen“, wie sie auch von einigen ihrer Patienten genannt wird, da ist, sind manche Sorgen für den Moment vergessen.

In der DRK-Sozialstation ist Madlen Menzel zudem Qualitätsbeauftragte. Hier stimmt sie sich mit der Leiterin Katrin Stade über die Anforderungen der Arbeitsprozesse und deren Umsetzung in der täglichen Arbeit ab.

Wenn sie einmal selbst Hilfe in der Familie benötigt, dann kann sich die verheiratete Mutter eines Sohnes auf Oma und Opa und natürlich ihren Mann verlassen. Denn die Familie ist ihr Ruhepol und Ausgleich, eine Quelle, um Kraft zu tanken für die kommenden Einsätze bei ihren Patienten. ■

Text und Foto: Robby Günther

Höheres Niveau bei Fortbildungen in Erster Hilfe

Erste gute Erfahrungen an der Mecklenburgischen Seenplatte

Seit einigen Jahren steigt die Nachfrage für Erste-Hilfe-Kurse des Deutschen Roten Kreuzes. Auf die neuen Anforderungen bei der Weiterbildung der Ausbilder sind die Verantwortlichen in den DRK-Kreisverbänden gut vorbereitet.

Aufgrund der hohen Qualitätsstandards müssen die Lehrkräfte der DRK-Kreisverbände alle drei Jahre an einer 16-stündigen Weiterbildung teilnehmen, um die neuesten Lehrmeinungen, -inhalte und -methoden kennenzulernen.

Seit Beginn des Jahres 2018 werden die Erste-Hilfe-Grundkurse, beispielsweise für Fahranfänger, und die Erste-Hilfe-Fortbildung für betriebliche Ersthelfer nach einem neuen Lehrplan durchgeführt. Das Landesausbilderteam hat dessen Inhalte bereits im Mai und Juni 2017 diskutiert, erarbeitet und in praktischen Übungen erprobt, bevor die Ausbilder mit der neuen Lehrunterlage bekannt gemacht worden sind.



Auch die richtige Helmabnahme will geübt sein.

Fotos: Ronny Möller

Am 16. Dezember 2017 trafen sich die ehrenamtlichen Lehrkräfte des DRK-Kreisverbandes Mecklenburgische Seenplatte e.V. mit den Landesausbildern Bianca Meyer und Steffen Lammert, um die neue methodische Umsetzung der Erste-Hilfe-Ausbildung einem ausgiebigen Praxistest zu unterziehen.

Gewohnt professionell und engagiert erarbeiteten sich die Teilnehmer in zwei Gruppen gemeinsam die umfangreichen Inhalte und schlüpfen selbst in die Rolle der künftigen Kursteilnehmer.

Erstes Fazit aus dem Kreisverband Mecklenburgische Seenplatte: Bereits in den ersten Wochen des Jahres 2018 wurde die neue Lehrunterlage in den Rotkreuzkursen Erste Hilfe in Waren und Neustrelitz umgesetzt. Da das Kurskonzept sich mehr als bisher auf die praktische Anwendung richtet und zum Handeln animiert,

finden gerade die betrieblichen Ersthelfer, die alle zwei Jahre an einer Erste-Hilfe-Fortbildung teilnehmen und somit über fundiertes Wissen verfügen, großen Gefallen an den neuen Methoden und der Umsetzung der Fortbildungsreihe. Damit haben alle an der Entwicklung der neuen Lehrunterlage Beteiligten einen guten Job gemacht und die von den Teilnehmern gesendeten Signale richtig gedeutet. Jetzt freuen sich die Lehrkräfte des DRK-Kreisverbandes Mecklenburgische Seenplatte e.V. auf die neue Fortbildungsreihe, damit sie auch weiterhin interessante Erste-Hilfe-Kurse anbieten können.

Die Unfallkasse und diverse Berufsgenossenschaften gehen ab 2018 hinsichtlich der Anmelde- und Kostenübernahmeregularien neue Wege und reagieren damit auf die geforderte schnellere Bearbeitung von Anträgen. Mithilfe des neuen Online-Verfahrens lässt sich schnell und unkompliziert überprüfen, ob für die vor-



Martin Möller (l.) erläutert der Gruppe das korrekte Anlegen eines Kopfverbandes.

gesehenen Teilnehmer die Übernahme der Kosten durch die Berufsgenossenschaft möglich ist. Für die Unternehmen ist dieses Verfahren mit einer Umstellung verbunden. Sie müssen es verpflichtend nutzen, bevor sie einen Mitarbeiter zur Schulung anmelden. Vorteilhaft ist jedoch, dass das Unternehmen nach Abschluss der Online-Prüfung direkt eine Kostenzusage für die angegebenen Teilnehmer erhält, sodass insgesamt von einem vereinfachten Ablauf auszugehen ist.

Weitere Berufsgenossenschaften haben bereits angekündigt, dass sie ab Mitte/Ende 2018 ebenfalls auf das Online-Anmeldeverfahren umstellen wollen. Im Kreisverband Mecklenburgische Seenplatte kann dafür beispielsweise die Internetseite www.drk-msp.de genutzt werden. ■

Jana Seidel-Kirsch

Erfolgreiches Projekt: „Schule und DRK“ ausgezeichnet

extra.stark!

Landesweit

11

DRK will weiterhin mit Angeboten an Schulen präsent sein

Nachdem das Rotkreuz-Projekt „Schwimmen lernen im Kindergarten“ bundesweit Anerkennung gefunden hat, ist nun ein weiteres Landesprojekt prämiert worden. „Schule und DRK. Wie schlau ist das denn“ ist auf Erfolgskurs.

Das Generalsekretariat des DRK lobt jährlich bundesweit den Preis „Engagiert im DRK“ für herausragendes, ehrenamtliches, soziales Engagement in den Rotkreuzgemeinschaften aus. Das Jugendrotkreuz Mecklenburg-Vorpommern beteiligte sich daran im Jahr 2017 mit dem Projekt „Schule und DRK. Wie schlau ist das denn“

„Eine hochrangig besetzte Jury wählt insgesamt zehn herausragende Projekte aus und besichtigt diese vor Ort. Auf diese Weise musste sich auch unser Projekt einer genauen Prüfung unterziehen“, erklärt Jens Herzog, der Projektverantwortliche vom DRK-Landesverband. Die Juroren waren vom Inhalt und der Organisation des landesweiten Projektes beeindruckt, denn allein die Zahlen, die ihnen präsentiert werden konnten, sprachen für sich: An dem Modellprojekt beteiligen sich über 180 ehren- und hauptamtliche Projektmitarbeiter und 301 Schulen, das sind über 60 Prozent aller allgemeinbildenden Schulen in Mecklenburg-Vorpommern. Über 1.000 kurz- und mittelfristige Projekte an Schulen verdeutlichen, wie sehr sich die Kreisverbände bei der Erziehung und Bildung von Kindern und Jugendlichen an den Schulen einbringen. Dazu gehören auch die mittlerweile 82 regelmäßig arbeitenden Schulsanitätsdienste.

„Als dann im September die Einladung zur 17. Fachtagung Ehrenamt nach Berlin eintraf, war uns klar: Das Projekt hatte es in die Endauswahl der besten ‚Fünf‘ geschafft“, erzählt Jens Herzog. Allerdings galt es, noch eine Hürde zu nehmen – das Modellvorhaben sollte im Rahmen der Tagung ansprechend präsentiert werden. Doch auch dies gelang hervorragend. Martina Tesche, Jannis Reck (beide KV Rostock) und Jens Herzog waren gut



Große Freude: Mit einem Scheck über eintausend Euro im Gepäck durften Martina Tesche und Jens Herzog nach Hause fahren.
Foto: Sabine Junge

vorbereitet und hatten alle Hände voll zu tun, den vielen Interessenten Rede und Antwort zu stehen. Sie führten 81 Informationsgespräche und vereinbarten viele Termine sowie weiterführende Gespräche mit DRK-Gliederungen im gesamten Bundesgebiet.

Auf der abendlichen Festveranstaltung, die am Rande der Fachtagung stattfand, wurde das Projekt „Schule und DRK. Wie schlau ist das denn“ zur Freude der engagierten Rotkreuzler aus dem nordöstlichsten Bundesland mit dem 2. Preis der Jury ausgezeichnet. Neben der Urkunde gab es sogar noch einen Scheck in Höhe von 1.000 Euro. „Mit diesem Geld wollen wir weitere Maßnahmen im Rahmen des Projekts finanzieren“, sagt Jens Herzog. Er bedankt sich im Namen des Landesverbandes bei allen Schülern, AG-Leitern und den Schulen sowie den Schulkoordinatoren für ihre aktive Teilnahme am Projekt. „Ich hoffe, dass es uns gemeinsam auch künftig gelingt, dieses tolle Projekt mit Leben zu erfüllen“, wünscht sich der Rotkreuzmitarbeiter. ■ Christine Mevius

Ehrenamtsmedaille für Mitglieder der Gemeinschaften

Auf Initiative des Ausschusses Ehrenamtlicher Dienst hat das Präsidium des DRK-Landesverbandes im April 2017 die Einführung einer Ehrenamtsmedaille für besonders aktive Mitglieder der Rotkreuzgemeinschaften beschlossen.

Die Ehrenamtsmedaille der Gemeinschaften ist eine Verdienstauszeichnung. Sie kann in den Stufen Silber und Gold verliehen werden. Die entsprechende Auszeichnungsordnung sowie Formulare für die Antragstellung sind beim DRK-Landesverband erhältlich.

Vorschlagsberechtigt für die Verleihung sind die Leiter der jeweiligen Gemeinschaft auf Ebene der DRK-Kreisverbände, der ehrenamtliche Vorstand/das Präsidium der DRK-Kreisverbände, der Landesleiter der jeweiligen Gemeinschaft, der Ausschuss Ehren-

amtlicher Dienst des DRK-Landesverbandes sowie der Präsident des DRK-Landesverbandes.

Anträge können ab sofort auf einem speziellen Formular über den DRK-Landesverband beim Ausschuss Ehrenamtlicher Dienst eingereicht werden. Stichtag für die Antragstellung ist der 30. Juni eines jeden Jahres. Bereits bis zum 15. Mai müssen die Anträge beim ehrenamtlichen Vorstand des jeweiligen Kreisverbandes vorliegen. ■



Christine Mevius

Kampagnenaktion: „Gut für Dich“

Jugendrotkreuzler setzen sich für eine bessere Welt ein

Im Sommer 2017 fiel der Startschuss. Gemeinsam mit 1.500 Kindern und Jugendlichen aus ganz Deutschland wurde beim JRK-Supercamp auf Rügen die neue Mitmachkampagne „Was geht mit Menschlichkeit?“ gestartet. Nun wird es konkret. Die Jugendgruppen in M-V wollen mit eigenen Aktionen die Welt ein kleines bisschen besser machen.

Menschlichkeit bedeutet vor allem, seine Mitmenschen im Blick zu haben, ihnen zuzuhören, auf sie einzugehen und sich selbst auch einmal zurückzunehmen. Aber was bedeutet Menschlichkeit konkret für mich, für den anderen oder für uns? In drei aufeinanderfolgenden Jahren werden Kinder und Jugendliche des Jugendrotkreuzes erforschen, was Menschlichkeit für das eigene Ich, die Gemeinschaft und die Welt bedeutet. Allein, mit Freunden oder gemeinsam mit dem Jugendverband werden sie spannende Projekte initiieren und das Wort „Menschlichkeit“ mit Leben füllen, um etwas zu verändern.

alle: lebe ich auch danach? Wie verhalte ich mich selbst gegenüber meinen Mitmenschen? Fragen, die im Alltag kaum präsent sind oder angesprochen werden. Viele registrierten erst in diesem Moment, was sie glücklich macht. Aber auch Probleme wie Hänseleien und Gewalt kamen zur Sprache.

„Im Endeffekt haben wir an diesem Nachmittag bereits drei Aktionen festgelegt“, erklärt Sandra Roters, JRK-Leiterin in Rostock. „Auf der nächsten Ehrenamtmesse wollen wir Menschen zu ihren Motiven und Werten befragen, warum sie sich ehrenamtlich engagieren wollen.“ Die Antworten sollen in kleinen Videos festgehalten werden. „Außerdem werden wir gemeinsam mit den Älteren JRK-lern das Thema Mobbing intensiv beleuchten. Welche Formen von Mobbing gibt es und wie wirken sich diese auf das eigene Selbstwertgefühl aus? Die Themen erleben viele täglich in ihren Schulklassen. Wir wollen unsere Kinder aufklären und sie auch in der eigenen Wahrnehmung schulen“, so die 27-Jährige. Direkt gewünscht haben sich die Kids zudem Informationen



„Was geht mit Menschlichkeit?“ – JRK-ler aus dem DRK-Kreisverband Ostvorpommern-Greifswald präsentierten stolz ihre neuen Kampagnen-Shirts.



Die Vorlage der Kampagnenaktion #gutfürdich zum Teilen und Weiterverbreiten.

Fotos: Christine Mevius



Ihre Gedanken darüber, was Menschlichkeit ist, zeigten Jungen und Mädchen in kleinen Theaterstücken beim letzten JRK-Landeswettbewerb.

Auch Dana Krause und Sarah Grusser vom Rostocker Jugendrotkreuz waren in Prora dabei, haben sich von der Atmosphäre anstecken lassen. Inspiriert von der Frage „Was geht mit Menschlichkeit?“ gehen sie 2018 gemeinsam mit den rund 40 Mädchen und Jungen der Hansestadt auf Entdeckungsreise ins eigene Ich. Doch wie am besten beginnen? Den Anfang machte eine Diskussionsrunde über die eigenen Werte. Was verstehe ich unter Menschlichkeit? Welche Werte sind mir selbst wichtig und vor

zum Thema Drogenmissbrauch. „Hierzu planen wir ein ganzes Workshop-Wochenende in Zusammenarbeit mit Sozialpädagogen und der Polizei.“

Menschlichkeit verstehen, sie mit Leben füllen und die Welt um die Kinder und Jugendlichen herum mit eigenen Kräften und eigenem Wissen ein kleines bisschen besser machen – das ist es, wofür sich die Rostocker und viele andere JRK-Gruppen einsetzen. Sie haben sich also viel vorgenommen. ■

Stefanie Kasch


Weitere Informationen über das Jugendrotkreuz, Anmeldeformulare und Termine unter: www.jrk-mv.de

Originelle Ideen für tolle Aktionen findet ihr auf der Kampagnenhomepage www.wasgehtmitmenschlichkeit.de

25 Jahre Familienbildungsstätte in Grevesmühlen

extra.stark!

Nordwest-
mecklenburg

13

Angebote für alle Altersgruppen in neuen Räumen

Die Familienbildungsstätte des DRK-Kreisverbandes Nordwestmecklenburg e.V. konnte im vergangenen Jahr ihr 25-jähriges Bestehen feiern. Zu diesem Jubiläum gab es einen großen Umzug in neue Räume im frisch sanierten BürgerBahnhof in Grevesmühlen.

In dem alten Bahnhofsgebäude ist nach langer Bauzeit ein soziales Zentrum entstanden. Mitte Juni 2017 konnten die Mieter endlich einziehen. Neben der DRK Familienbildungsstätte sind in diesem Hause das Jugendzentrum der Stadt und ein Musik- und Kultur-Projekt der Diakonie zu finden. Im Erdgeschoss gibt es einen Veranstaltungsraum und das Café Kaffeebrenner, das mit einem schönen Wintergarten zum Verweilen einlädt.

Die Familienbildungsstätte hat eine lange Geschichte. Als es nach der Wende keine Angebote für Familien gab, entschloss sich der DRK-Kreisverband 1992 zur Gründung einer Einrichtung in Schönberg. Seit 1997 trägt die Familienbildungsstätte den Titel „staatlich anerkannte Einrichtung nach dem Weiterbildungsförderungsgesetz M-V“. Dies ist eine Voraussetzung dafür, dass die Familienbildungsstätte durch das Landesamt für Gesundheit und Soziales gefördert wird. Es werden die verschiedensten Kurse, Schulungen und Lehrgänge aus den Bereichen Familie und Erziehung, Gesundheitsförderung sowie Kunst und Kultur für alle Altersgruppen angeboten. Dazu zählen unter anderem Kurse zur Babymassage, das DRK-zertifizierte EIBa®-Programm für Eltern und Babys im 1. Lebensjahr, babybedenzeit®, verschiedene Entspannungskurse, Kurse für Senioren – zum Beispiel Leben mit Osteoporose, Sturzprophylaxe-Training und Ganzheitliches Gedächtnistraining – sowie Kreativ-Kurse. Außerdem finden Seminare zu verschiedenen Gesundheits-, Eltern/Kind- und gesellschaftlich relevanten Themen statt. Des Weiteren gibt es seit 2011 das Projekt „Nah an Familie“ mit offenen Spielkreisen und einem Eltern-Café.

Mit dem Umzug in den BürgerBahnhof haben sich die Arbeitsbedingungen wesentlich verbessert. Die neuen barrierefreien



Die Eltern-Kind-Gruppe beim gemeinsamen Spielen.



Räume sind hell und freundlich eingerichtet. Die großen und kleinen Besucher sowie die Mitarbeiterinnen Sigrid Müller und Anke Wyskupaitis fühlen sich hier richtig wohl. Unterstützt werden die beiden zurzeit von acht Honorarkräften, die verschiedene Kurse und Seminare durchführen. Es gibt Veranstaltungen im gesamten Landkreis. So trifft man die Rotkreuzmitarbeiterinnen regelmäßig in Schönberg, Wismar, Boltenhagen und natürlich in Grevesmühlen.

Wer mehr über die Angebote der Familienbildungsstätte wissen möchte, kann sich telefonisch unter 038 81.75 9522 informieren oder direkt bei den Mitarbeiterinnen im BürgerBahnhof. ■

Anke Wyskupaitis

DRK-Kreisverband Nordwestmecklenburg e.V.
Pelzerstraße 15 | 23936 Grevesmühlen

Telefon: 0 38 81.75 95-0
www.drk-nwm.de



Neue Ideen zur Gewinnung von Helfern

.....
Studenten erforschen ehrenamtliches Engagement

In einem Kooperationsprojekt mit dem DRK-Kreisverband Ostvorpommern-Greifswald untersuchten Studierende der Universität Greifswald Motive für ehrenamtliches Engagement und erarbeiteten neue Ideen zur Gewinnung von Helfern.

„Wie können wir Menschen aller Alters- und Bevölkerungsgruppen für ein Ehrenamt bei uns begeistern? Wie können wir Interessierte am besten ansprechen und erreichen? Was erwarten unsere künftigen Helfer von uns? Das sind Fragen, die uns immer wieder beschäftigen, wenn es darum geht, Helfer zu gewinnen“, berichtet Sylvia Nagel, die Verantwortliche für das Ehrenamt im Kreisverband.

Um der Sache auf den Grund zu gehen, holte sich der Kreisverband Unterstützung bei den Kommunikationsstudenten der Universität Greifswald. „Von der Zusammenarbeit haben wir uns Impulse und neue Ideen für die Gewinnung von Ehrenamtlichen erhofft“, so Franziska Krause, Mitarbeiterin für Öffentlichkeitsarbeit beim DRK. Um das Thema breit zu erfassen, untersuchten Studierende in sechs Projektgruppen unterschiedliche Probleme und Herausforderungen. Der Wille, sich zu engagieren, ist unter den befragten Rotkreuzlern das Hauptmotiv für ein Ehrenamt. Besonders für junge Menschen scheint daneben eine Vorbildfunktion aus dem persönlichen Umfeld wichtig zu sein. „Oftmals ist so, dass sich bei uns mehrere Generationen oder Mitglieder einer Familie einbringen“, bestätigt Sylvia Nagel. Aus den Interviews mit den Engagierten im



Die Studierenden untersuchten in ihrem Projekt ausgewählte Bereiche der Öffentlichkeitsarbeit des Kreisverbandes und nahmen im Gespräch mit Franziska Krause, der Mitarbeiterin für Öffentlichkeitsarbeit, die Postkarten-Serien unter die Lupe.
Foto: Magnus Schult

Katastrophenschutz ging außerdem hervor, dass sich Außenstehende oftmals ein falsches Bild vom zeitlichen Aufwand, den das Ehrenamt mit sich bringt, machen. Viele schätzen den zeitlichen Mindestaufwand viel höher ein, als dies tatsächlich der Fall ist. Die Studierenden empfehlen daher, bei der Zielgruppenansprache stärker auf „falsche Vorstellungen“ einzugehen. So könnte die Hemmschwelle für ein Ehrenamt abgebaut werden. Daneben stand bei zwei Projektteams die Öffentlichkeitsarbeit im Fokus. Dazu wurden auf Printprodukten und auf der Facebook-Seite Verbesserungspotentiale ausgemacht. „Wir freuen uns über die vielen guten Ideen und Ansätze, die ab sofort in die Helfergewinnung und die Weiterentwicklung unserer Werbematerialien einfließen. Wir sind gespannt auf die Effekte“, meint Sylvia Nagel. ■ Franziska Krause

Wir laden Sie herzlich ein:

28. März 2018 | 17 Uhr | DRK-Kita Wolgast, Pestalozzistr. 44
Themenabend des Ortsvereins Wolgast: „Gefährliche Medikamente ... gepanscht, gestreckt, gefälscht“

Pharmazeut Thomas Beier e.K. beleuchtet einmal kritisch den Weg von Arzneimitteln von der Herstellung bis zum Patienten und hinterfragt die Herstellungsverfahren im Ausland, die Folgen des Internethandels und vieles andere mehr.

9. Mai 2018 | 17 Uhr | DRK-Kita Wolgast, Pestalozzistr. 44
Themenabend des Ortsvereins Wolgast:

„Mobil sicher im Straßenverkehr“

Mit fachlicher Unterstützung der Fahrschule Heiko Ehrke bietet dieser Themenabend hilfreiche Informationen, um im Straßenverkehr sicher unterwegs zu sein – mit einem Programm speziell auch für die älteren Verkehrsteilnehmer.

24. Mai 2018 | 17 Uhr | Greifswald, Fritz-Curschmann-Str. 1
Themenabend des Ortsvereins Greifswald:

„Urin – ein besonderer Saft?“

Im Vortrag geht Prof. Dr. med. Gisbert Menzel kurzweilig und unterhaltsam der Frage nach, was Urin mit den Alten Römern, der Diagnostik von Krankheiten, der Wunderheilung, der Lederherstellung oder Kosmetika zu tun hat.

8. bis 10. Juni 2018 | Peenemünde

Erlebniswochenende des Jugendrotkreuzes

Kinder und Jugendliche des Kreisverbandes gehen gemeinsam auf Reisen und verbringen ein spannendes Wochenende im Zeichen des Roten Kreuzes.



DRK-Kreisverband Ostvorpommern-Greifswald e.V.
Ravelinstraße 17 | 17389 Anklam

Telefon: 0 39 71.2 00 30
www.drk-ovp-hgw.de



Der Partner verstorben, die Kinder weit weg, gesundheitlich beeinträchtigt, dazu eine Wohnung im 5. Stock ohne Fahrstuhl. Rolf Ritter, Leitungsmitglied der Rostocker DRK-Ortsgruppe Nordwest weiß um die Gründe der Einsamkeit vieler Menschen seiner Generation.

Jeder Mensch braucht jemanden, dem er vertrauen kann und das Gefühl, sozial integriert zu sein. Es ist wichtig, von Leuten im Umfeld beachtet, anerkannt und gebraucht zu werden. Den Unterschied macht, ob Veränderungen im sozialen Umfeld freiwillig gesucht oder von außen auferlegt werden – dann wird aus dem „allein“ manchmal ein „einsam“. Der Psychologe John Cacioppo ist sich sicher: Niemand ist immun gegen das Gefühl, isoliert zu sein. Einsamkeit schleicht sich von Zeit zu Zeit in jedes Leben – ob am ersten Schultag, beim Auszug des Kindes oder Verlust des Ehegatten. Sich einsam zu fühlen, ist ein wichtiges Warnsignal.

Laut Bevölkerungsprognose der Hansestadt werden 33,8 Prozent der Bewohner aus Rostock Lütten Klein im Jahre 2020 älter als 65 Jahre sein. Es fordert dazu auf, Anschluss zu suchen, Kontakte einzufordern, aktiv zu werden. Rolf Ritter, selbst aus dem Stadtteil und seit sechs Jahren allein lebend, Mitglied der DRK-Ortsgruppe Nordwest und seit fünf Jahren im Seniorenbeirat der Hansestadt, kommt mit vielen Altersgenossen ins Gespräch. Auch er hat die Erfahrung gemacht: „Viele vor allem allein lebende Menschen fühlen sich einsam, denn ihr soziales Umfeld verändert sich und sie fühlen sich mit ihren Problemen allein gelassen. Gerade ältere Frauen leben ohne Partner. Angehörige wohnen oftmals nicht im Umkreis. Hinzu kommen die eingeschränkte Mobilität aufgrund von Krankheit und eine ungünstige Wohnsituation. Früher gab es aktive Hausgemeinschaften, ein soziales System des Zusammenhaltens und der Gleichstellung“, erklärt der 83-Jährige.

Hilde Eichen, Sigrid Kowalski und Bärbel Schönemann engagieren sich bereits seit vielen Jahren in der Rostocker DRK-Ortsgruppe Südstadt. Sie freuen sich immer auf die gemeinsamen Treffen. Foto: Sabine Junge



Rolf Ritter engagiert sich in der DRK-Ortsgruppe und im Seniorenbeirat.

Passiv in der Einsamkeit zu verharren – das lässt er trotzdem nicht gelten. Auch in Lütten Klein hat er an der Etablierung toller Angebote mitgewirkt, bei denen Senioren Informationen, Austausch und Teilhabe erfahren können, zum Beispiel im Info-Büro 60+ Lütten Klein oder dem IN VIA Stadtteil- und Begegnungszentrum. Das DRK Rostock hat in der Hansestadt vier Ortsgruppen, in denen vorwiegend Senioren ab 60 plus gemeinsame Aktivitäten planen.

Rolf Ritter rät: „Jeder sollte natürlich selbst etwas tun und nicht darauf warten, dass andere ihn ansprechen. Älteren Menschen lege ich ans Herz, neugierig und offen für neue Kontakte zu bleiben, bereit zu sein, Neues begreifen und nutzen zu wollen. Auch mal die Kinder daran erinnern, dass sie eine bestimmte Verpflichtung haben. Junge Menschen wiederum sollten sich stärker darauf einstellen, dass der größere Teil der Menschen in ihrem Umfeld älter ist als sie selbst und diese das Leben anders empfinden.“ Er selbst ist dreifacher Vater und sechsfacher Opa. Trotzdem ist sein Terminkalender noch mit vielen anderen Aktivitäten gefüllt. Aktuell steht die Programmplanung mit dem Leitungsteam seiner Ortsgruppe an. Das Jahr wird wieder einige Highlights bringen. Einsam – so hat er sich nie gefühlt. Sein Appell: „Man sollte sein Leben selbst aktiv gestalten.“ ■

Text und Foto (1): Stefanie Kasch

**Sie möchten Teil unserer Ortsgruppen werden?
Dann melden Sie sich unter 03 81.24 279-0.**

DRK-Kreisverband Rostock e. V.
Trelleborger Straße 11 | 18107 Rostock

Telefon: 03 81.2 42 79-0
www.drk-rostock.de



Ehrenamt ist Herzenssache

Ausbildung gestartet und Bastelstraße erfunden

Durch eine Werbekampagne im DRK-Kreisverband Rügen-Stralsund konnten im zurückliegenden Jahr 490 neue Fördermitglieder begrüßt werden.

Das Team für Vereinsarbeit hat 60 neue Mitglieder durch gezielte Gespräche und Aktionen gewinnen können. Ein Mitarbeiterteam hat zudem durch das berühmte „Klinkenputzen“ an den Haustüren 430 neue Mitglieder geworben. Das Besondere an der Aktion: 76 neue Fördermitglieder erklärten sich bereit, eine ehrenamtliche Aufgabe beim DRK Rügen-Stralsund zu übernehmen.

Ihre Ausbildung absolviert sie in der DRK-Kindertagesstätte „Friedrich Fröbel“ in Bergen auf Rügen. Hier arbeitet sie in allen vier altersgemischten Gruppen. Außerdem wird sie im Laufe der Ausbildung Praktika im DRK-Hort in Garz sowie in der DRK-Krippe in Baabe absolvieren. Immer dienstags ist theoretische Ausbildung in der Berufsschule Stralsund.

Seit Ende 2016 ist Anita Fischer Mitglied im DRK-Kreisverband Rügen-Stralsund. Ihr erster Kontakt im Roten Kreuz war Helga Müller, die Vorsitzende des DRK-Ortsverbandes Baabe. Beide

Frauen lernten sich kennen und entwickelten die Idee einer Bastelstraße, die für den DRK-Kreisverband Rügen-Stralsund aufgebaut werden sollte. Neben dem Basteln mit den Kindern sollte auch das beliebte Kinderschminken angeboten werden. Also belegte Anita Fischer einen entsprechenden Kurs in Berlin und erwarb ein Zertifikat, um das Schminken der Kinder sicher und kreativ anwenden zu können.

„Die Bastelstraße kam im letzten Jahr bereits mehrmals zum Einsatz: Beim Vilmschwimmen, dem Dorffest in Dreschwitz und auch beim Weihnachtsbasar der DRK-Werkstätten in Bergen konnten wir zahlreiche kleine Gäste begrüßen“, freut sich Anita Fischer und erzählt begeistert von den strahlenden Augen der Kinder.

Die junge Frau hat sich vorgenommen, dieses Angebot künftig weiter auszubauen. Denn darin sieht sie ihre ganz persönliche ehrenamtliche Aufgabe, die sie im Sinne der DRK-Gemeinschaft umsetzen möchte.

Doch auch in anderen Bereichen war Anita Fischer bereits aktiv. So half sie beispielsweise bei der Absicherung der Blutspendetermine des DRK-Ortsverbandes Baabe. Beim Thema Blutspende wird sie etwas nachdenklich: „Das Interesse der Bürger an diesem wichtigen Thema lässt leider nach. Hier müssen wir als DRK noch mehr Werbung machen und die Leute ansprechen“, hat sie sich in den Kopf gesetzt. Begeistert war sie bei einer Auszeichnungsveranstaltung für verdienstvolle Blutspender auf der Insel Rügen: „Da wurden vier Männer für über 100 Blutspenden geehrt. Das hat mich echt beeindruckt“, so Anita Fischer. Ihr gefällt besonders der Zusammenhalt aller Mitglieder und Mitarbeiter beim DRK-Kreisverband Rügen-Stralsund. „Es wird den vielen fleißigen Helfern und Ehrenamtlern in regelmäßigen Abständen durch das DRK gedankt“, imponiert ihr der soziale Umgang, der gerade in diesen Zeiten wichtiger denn je ist. ■

Robby Günther



Anita Fischer in ihrem Element: Beim Lauterbacher Vilmschwimmen werden bis zu 40 Kinder und auch Erwachsene geschminkt. Das kommt gut an und wird oft mit einem Lächeln honoriert.

Foto: Burkhard Päsche

Dazu gehört auch Anita Fischer aus Sellin, 36 Jahre, verheiratet und Mutter einer Tochter und eines Sohnes. Und noch etwas Besonderes passiert bei Anita Fischer seit September 2017: Für sie beginnt nach 20 Jahren Arbeit in der Hotellerie ein neuer Lebensabschnitt. Seit September 2017 drückt sie wieder die Schulbank. Besser gesagt, sie startete mit einer berufsbegleitenden Ausbildung zur Erzieherin im DRK-Kreisverband Rügen-Stralsund.

„Es war bereits nach der Schule mein Traum, diesen Beruf zu erlernen“, erzählt sie. Doch zum damaligen Zeitpunkt wurden wegen der geburtschwachen Jahrgänge nicht so viele Erzieherinnen benötigt, die Demografie machte ihr also einen Strich durch die Rechnung. Doch aufgeschoben ist nicht aufgehoben, sagte sich die gelernte Hotelfachfrau und startet jetzt beruflich nochmals durch.

DRK-Kreisverband Rügen-Stralsund e.V.
Raddasstraße 18 | 18528 Bergen auf Rügen

Telefon: 0 38 38.80 23-0
www.drk-ruegen-stralsund.de



Erste Hilfe kann ganz einfach sein

Im Rahmen eines Projekt-Samstags beim DRK-Kreisverband Nordvorpommern e. V. in Grimmen wurde ein Erste-Hilfe-Kurs für Schüler angeboten. Achtklässler nutzten diese Gelegenheit, um Ersthelfer zu werden.

Unter Anleitung der ehrenamtlichen Ausbilderin Cindy Bastian (35) und Ausbildungsanwärterin Katja Mann (43) erlernten die Achtklässler alles, was in der Ersten Hilfe wichtig ist und beachtet werden sollte.

Zu Beginn demonstrierte Katja Mann das Anlegen verschiedener Wundverbände, anschließend probierten die Schüler es selbst aus. Dabei lernten sie, wie wichtig es ist, die Wunden steril abzudecken und sich selbst zu schützen. „Damit wir uns nicht mit eventuellen Krankheiten anstecken, sind immer Handschuhe anzuziehen. Denn wenn

der Betroffenen blutet oder erbricht, sollten wir damit nicht in Kontakt kommen“ erklärte Katja Mann.

Welche Sicherheitsmaßnahmen Ersthelfer bei einem Unfall beachten müssen und wie sie sich verhalten sollten, waren Fragen, die die Achtklässler beantworten sollten. Hier wussten einige schon eine ganze Menge. „Es ist ganz wichtig, immer den Notruf zu wählen und sich jemanden zu Hilfe zu holen, egal in was für einer Situation man sich befindet“, betonte Cindy Bastian.

In der nächsten Unterrichtseinheit demonstrierten die beiden Ausbilderinnen die Helmabnahme mit stabiler Seitenlage bei einem bewusstlosen Motorradfahrer. Auch hier hieß es gut aufzupassen, denn anschließend waren die Teilnehmer an der Reihe. Alina Kuberski übte mit Lea Witt und fand: „Das ist gar nicht so schwer, wie es aussieht“.

Des Weiteren wurde die Wiederbelebung besprochen und einige Regionalschüler wie Jody Brisch wussten, dass man 30-mal drücken und 2-mal beatmen sollte. Warum der Kopf überstreckt werden muss, konnte Lenard Mann erklären: „Das müssen wir tun, weil die Zunge sonst hinten in den Rachen fällt“.

Die Ausbilderin gab ihm recht und zeigte anhand des Kopfschnittmodells, wie es aussieht, wenn der Zungengrund die Luftröhre verschließt. Bei den anschließenden Wiederbelebungsbungen erkannten die Teenager, dass es gar nicht so einfach ist, beim Drücken im Takt zu bleiben. Um es einfacher zu machen, legte Cindy Bastian eine CD ein, deren Musik den genauen Takt vorgab. Die 35-Jährige erklärte auch den Automatischen Externen Defibrillator (AED), zeigte wie er funktioniert und gab Tipps, wo man ihn finden kann.

Woran verschiedene Erkrankungen zu erkennen sind und was dann zu beachten ist, erläuterte die Ausbilderin anhand von Folien. Dazu gehörten unter anderem Schlaganfall, Herzinfarkt, Amputation, Atemnot, Sonnenstich, Unterkühlung, aber auch Verbrennungen oder Verätzungen. Am Ende des Unterrichtes wiederholte Katja Mann mit Schülern in einem Erste-Hilfe-Quiz die Unterrichtsthemen.

Die Achtklässler fanden den Kurs sehr abwechslungsreich und interessant. Jetzt trauen sie sich im Ernstfall, eher Erste Hilfe zu leisten. Ausbilderin und Anwärtlerin lobten das Interesse und das Engagement der Schüler, denn auch sie fanden diesen Kurs gelungen und wünschen sich, dass die Schüler das Erlernte sicher umsetzen können. ■

Christel Bast



Toll: 14 Schüler der 8. Klasse haben an einem Samstag gelernt, wie man richtig Erste Hilfe leistet.

Foto: Norbert Wolf



Das Highlight der Woche

.....
Behinderte Menschen fühlen sich in ihrem Treff geborgen

Seit dem 3. Februar 1993 haben Menschen mit Behinderungen in Altentreptow einen eigenen Treff. Er wurde vor einem Vierteljahrhundert auf Anregung des Behindertenverbandes und der DRK-Beratungsstelle ins Leben gerufen. Am 7. Februar beging die Gruppe ihr 25-jähriges Jubiläum.

Eine Begegnungsstätte für Menschen mit unterschiedlichsten Behinderungen

Mittwochs um die Mittagszeit treffen sich die derzeit 14 Teilnehmer im Alter von 37 bis 82 Jahren. Fünf von ihnen sind Rollstuhlfahrer. Abwechslungsreiche und interessante Veranstaltungen stehen auf dem Programm, wie zum Beispiel Buchlesungen, Vorträge, Spiele- und Kegelnachmittage, Geburtstagsfeiern und Ausflüge. Manfred Drahn vom DRK-Fahrdienst holt die Teilnehmer bei Bedarf von zu Hause ab. Schon während der Fahrt spürt er die Freude seiner Fahrgäste auf diesen besonderen Tag. Die Treffen finden überwiegend in einem Nebenraum der Gaststätte „Zur Kegelbahn“ statt. Sie bereichern den Alltag der Behinderten und entlasten die Familien. Hier erhalten sie die Möglichkeit, sich mit Gleichbetroffenen auszutauschen und neue Kontakte zu knüpfen. Jeder Nachmittag endet mit einem gemütlichen Kaffeetrinken und selbst gebackenen Kuchen.

Sich in der Gemeinschaft geborgen fühlen und neuen Lebensmut tanken

Menschen mit Behinderung begegnen in ihrem Umfeld oft Vorurteilen und stoßen auf unüberwindliche Barrieren, wenn sie zum Beispiel Ausflüge unternehmen, Veranstaltungen besuchen oder nur alltägliche Dinge erledigen möchten. Dieser Ausgrenzung wird mit dem Treff entgegengewirkt. Die meisten Teilnehmer dieser Gruppe kennen sich seit vielen Jahren, teilen Freude und Leid miteinander und vergessen in der Gemeinschaft Sorgen und Krankheit.

Die Gespräche ermöglichen es ihnen, ihre Erfahrungen und Erlebnisse auszutauschen. „Das ist mein Highlight der Woche und ich freue mich immer auf diesen Tag“, erzählt Ramona Zäh, die schon viele Jahre auf den Rollstuhl angewiesen ist. Bruno Priske meint: „Ich fühle mich geborgen wie in einer Familie.“ Seit mehreren Jahren betreut er seinen Bruder Michael und besucht mit ihm gemeinsam den Treff. Die Teilnehmer tanken Lebensmut und Freude bei den gemeinsamen Unternehmungen. Rita Seiring berichtet: „Nach einem Beratungsgespräch im März 2012



Sozialarbeiterin Marlis Kaatz (r.) kümmert sich liebevoll um die Menschen mit Behinderung.

Foto: Manfred Drahn

mit Marlis Kaatz, der Sozialarbeiterin vom DRK-Kreisverband Demmin e. V., nehme ich regelmäßig an diesen Treffen teil. Ich musste mich nicht verstellen, wurde so angenommen wie ich bin, finde immer ein offenes Ohr und konnte meine Probleme Dank der Gruppe bewältigen. Es ist für mich eine Bereicherung, interessante Gespräche zu führen und an den gemeinsamen Unternehmungen teilzunehmen.“

Auch Heidi Tanke und Harald Ender sind von Anfang an dabei. Eine umfangreiche Chronik und viele Fotoalben hat Harald Ender zusammengestellt, worin er die gemeinsame Zeit dokumentiert. Im vergangenen Jahr nahmen einige am „Bildungsurlaub für Menschen mit Behinderung“ auf der Insel Rügen teil, der vom DRK-Kreisverband Demmin organisiert wird. Außerdem stand eine Dampferfahrt auf der Peene zum Kummerower See auf dem Programm. Von einer Spende der Volksbank Demmin/Altentreptow e. V., die einige Teilnehmer für die Gruppe freudig in Empfang nahmen, fuhren sie einen Tag nach Swinemünde.

Mit großer Freude wurde natürlich das 25-jährige Bestehen des DRK-Behindertentreffs vorbereitet und gefeiert. Jetzt freuen sich alle auf die geplanten Reisen und Veranstaltungen, die noch vor ihnen liegen. ■

Marlis Kaatz

DRK-Kreisverband Demmin e. V.
Rosestraße 38 | 17109 Demmin

Telefon: 0 39 98.27 17-0
www.demmin.drk.de



Mit ganz viel Herz und Empathie

extra.stark!

Neubrandenburg

19

Anneliese Kränz begleitete Kinder und Jugendliche auf dem Weg in ein eigenständiges Leben

Dieser Abschied wird Anneliese Kränz alles andere als leichtfallen. Wenn die Leiterin der Kinder- und Jugendhilfe des DRK-Kreisverbandes Neubrandenburg Ende April nach 45 Berufsjahren in ihren wohlverdienten Ruhestand geht, fließt sicher die eine oder andere Träne.

„Mir werden die Kinder und Jugendlichen und natürlich meine Mitarbeiter ganz sicher fehlen“, sagt die 63-Jährige. „Wenn man jahrzehntelang als Erzieher fast täglich mit Menschen zu tun hatte, dann ist der Übergang in den Ruhestand schon eine gewaltige Veränderung“, meint Anneliese Kränz. Den Zeitpunkt für diesen Schritt hat sie sich jedoch gut überlegt und fügt lächelnd hinzu. „Man wird schließlich nicht jünger“.

Für Anneliese Kränz war der Kinder- und Jugendhilfeverbund in der Ihlenfelder Vorstadt in Neubrandenburg all die Jahre wie ihr zweites Zuhause. „In diesem Beruf kann man nur schwer hundertprozentig abschalten“, erzählt sie. Auch an freien Tagen oder im Urlaub sei sie in Gedanken immer bei den Kindern und Jugendlichen. „Das ist einfach so. Ob man es will oder nicht“, erklärt sie.

Zum Beruf ist die gebürtige Neustrelitzerin über eine Bekannte gekommen. „Eine Freundin wollte Erzieherin werden und hat mich letztlich auf die Idee gebracht“, erinnert sich Anneliese Kränz. Nach der Erzieherausbildung arbeitete sie zunächst einige Jahre in Krippen und Kindergärten, bevor sie 1988 Heimerzieherin im Kinderheim „Anne Frank“ in Neubrandenburg wurde.

Mit der politischen Wende 1989 und der daraus resultierenden Suche nach neuen Trägern für die Kinder- und Jugendhilfeeinrichtungen kamen auf Anneliese Kränz neue berufliche Herausforderungen zu. „Es waren interessante und arbeitsreiche Jahre“, meint sie rückblickend. „Als ich 1997 Leiterin der Kinder- und Jugendhilfe wurde, waren 20 Erzieherinnen bei uns beschäftigt. Heute betreuen 50 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter die Kinder und Jugendlichen – vom Säugling bis zum jungen Erwachsenen“, schildert die Rotkreuzmitarbeiterin.

Neben dem Kinder- und Jugendhaus „Anne Frank“ mit mehreren Wohngruppen betreut das Team von Anneliese Kränz noch vier Außenwohngruppen sowie eine Tagesgruppe. Zusätzlich bietet das Rote Kreuz noch die ambulante sozialpädagogische

Familienhilfe sowie Integration in Form von Schulbegleitung an. Besonders stolz ist Anneliese Kränz auf den Neubau des Kinder- und Jugendhauses „Fallschirm“, den sie gemeinsam mit Dirk Schürgut vom Neubrandenburger Jugendamt und weiteren Mitstreitern auf den Weg gebracht hat. „Es ist ein Haus, in dem sich unsere Kinder und Jugendlichen wohlfühlen können“, freut sich die engagierte Leiterin. Moderne Architektur, große helle Räume und großzügig gestaltete Bäder bieten den Bewohnern viel Komfort. „Bei unseren Überlegungen zum Bau habe ich mich immer von der Frage leiten lassen, wie die Kinder und Jugendlichen gern wohnen würden.“ Das Bauvorhaben letztlich umzusetzen sei natürlich nicht ohne Schwierigkeiten über die Bühne gegangen, denn es stand immer die Frage: Was kostet das

alles – und was kann sich das DRK als Träger leisten? Sie sei mitunter kein einfacher Verhandlungspartner gewesen, räumt die erfahrene Leiterin mit einem Schmunzeln ein und fügt hinzu: „Wer etwas erreichen will, darf Konflikte nicht scheuen.“

Erreicht hat sie in all den Jahren viel, „doch nur, weil die Zusammenarbeit mit der Geschäftsleitung des DRK-Kreisverbandes und den Mitarbeitern stets konstruktiv, vertrauensvoll und verlässlich war“, betont die langjährige Mitarbeiterin vom Roten Kreuz. Die Schicksale von Kindern und Jugendlichen waren ihr und ihrem Team nie gleichgültig. Die Zahl der Fälle war nie so wichtig,

wie ihnen zu helfen, dass sie einen positiven Entwicklungsweg nehmen und später ihr Leben eigenständig meistern können. Wer in diesem Beruf tätig ist, weiss, welche große Bedeutung Vertrauen hat, braucht ganz viel Herz am richtigen Fleck und Empathie. All das hat Anneliese Kränz und wird deshalb vielen Menschen noch lange in guter Erinnerung bleiben.

Mit dem Eintritt in den Ruhestand möchte sie die Zeit nutzen, sich mehr um ihre eigene Familie – die ihr in all den arbeitsreichen Jahren stets den Rücken freigehalten hat – und um sich selbst zu kümmern. „Ich will mehr verreisen und vor allem öfter meine Kinder und Enkel besuchen“, erzählt Anneliese Kränz. Ausreichend Beschäftigung bieten ihr zudem Haus und Garten. Und dann gibt es da noch Bongo, den Bernhardiner-Berner-Sennenhund, der sich auf sein regelmäßiges Fährtenhundetraining freut. ■

Text und Foto: Heiko Brosin



DRK Neubrandenburg
Robert-Blum-Straße 34 | 17033 Neubrandenburg

Telefon: 0 3 95.5 60 39-0
www.neubrandenburg.drk.de



Angst hat viele Gesichter

DRK veranstaltete in Neustrelitz den 3. Palliativ-Tag

Nach intensiver Vorbereitung fand in Neustrelitz am 13. Januar 2018 zum dritten Mal ein Palliativ-Tag statt. 60 Teilnehmer aus allen Bereichen der ambulanten und stationären Pflege beschäftigten sich umfassend mit dem Thema „Angst hat viele Gesichter“.

Angst ist eines der am häufigsten anzutreffenden Symptome in palliativen Situationen und am Lebensende. Warum? In diesen Situationen kommt es zu vielen Veränderungen und diese lösen Ängste aus. Bei wem? Ängste entstehen nicht nur bei den Patienten, sondern auch bei den Angehörigen und bei Mitarbeitern. In einer ersten „Expertenrunde“ wurde an einem „Fall“, der viele sehr bewegte, die Angst aus verschiedenen Blickwinkeln, sehr persönlich vorgestellt. Anschließend ging es dann in fünf Arbeitsrunden.

Andrea Morgenstern, Leiterin des Ambulanten Hospizdienstes, brachte den Teilnehmern das junge, relativ unbekanntere Arbeitsfeld der Psychoonkologie näher. Die Teilnehmer lernten, dass jeder Mensch seine Art der Bewältigung, seine Strategie im Umgang mit Angst entwickelt – abhängig von seiner Persönlichkeitsstruktur und der jeweiligen aktuellen Situation. „Angst muss ernst genommen werden, manchmal entsteht sie durch fehlende Informationen. Angst braucht Klärung: Was ist mit Angst genau gemeint? Angst braucht hilfreiche Interventionen: Da sein, zuhören, Zuversicht stärken, manchmal auch Körperkontakt, Ressourcen müssen aktiviert werden“, betonte die Psychoonkologin.

Dr. Fabian Föhring, Leiter der Spezialisierte ambulante Palliativversorgung (SAPV), erläuterte das Thema „Angst“ aus der Sicht der „Patienten“. Andre Erdmann, Pflegedienstleiter im „Luisendomizil“, und Roswitha Graf, Angehörige eines Bewohners, stellten gemeinsam fest, dass jeder auf seine Weise verschiedene Ängste bei Angehörigen wahrnimmt. Von ihnen konnten die Teilnehmer erfahren, wie sich unterschiedliche Emotionen in Ängsten ausdrücken. Traurigkeit, Verlust, Wut oder Beschimpfungen, aber auch Weinen oder Furcht sind im Kontakt mit Angehörigen zu erkennen. Es steckt nicht selten eine große Hilflosigkeit dahinter. Die Sorgen der Angehörigen zu erkennen und dann angemessen zu reagieren, ist eine große Herausforderung.

Sabine Feldkamp und Susann Böttcher, Mitarbeiterinnen der stationären Hospizeinrichtung „Luisendomizil“, leiteten den Arbeitskreis, der sich mit Angst aus der Sicht der Mitarbeiter beschäftigte. Die Gesprächsrunden waren geprägt von lebhafter Beteiligung und großer Offenheit. Die thematisierten Ängste der Mitarbeiter bezogen sich auf fachliche Aspekte, Kommunikation mit Bewoh-



Psychoonkologin Andrea Morgenstern konnte viel Wissen darüber vermitteln, wie Ängste entstehen und wie man sie bewältigen kann. Foto: Ronny Möller

nern und Angehörigen sowie eigenen Ängsten vor Verlust, Krankheit und Tod. Mut und ein starkes, offenes, verständnisvolles Team sind die Voraussetzungen dafür, offen über Ängste sprechen zu können. Ängste bei Mitarbeitern lassen Fehler geschehen, lösen eigene Unsicherheit aus und damit vielleicht auch Ängste beim Gegenüber. Die Teilnehmer dieses Arbeitskreises stellten fest: Angst zu haben und sich einzugestehen ist nicht schwach, sondern ein Zeichen von Reflexionsvermögen und Stärke.

Bianca Beyer, Koordinatorin des Ambulanten Hospizdienstes, gelang es, in ihrem Arbeitskreis das Gefühl Angst kreativ zu betrachten. Ihre Teilnehmer ließen sich auf eine Gedankenreise rund um positive Erfahrungen mit dem Gefühl Angst ein. Und so entstanden um das meist schwarz gesehene Wort ANGST viele bunte Mut machende, stärkende Vielfalten.

Es war eine sehr gelungene, anspruchsvolle und arbeitsreiche Veranstaltung – einfühlsam und kompetent moderiert von Ehrenamtskoordinator Ronny Möller. Sie hat mit Sicherheit dazu beigetragen, das Tabu, sich und anderen die eigene Angst einzugestehen, zu brechen. Und die folgen Worte von Andrea Morgenstern werden den Teilnehmern des 3. Palliativ-Tages bestimmt in Erinnerung bleiben: „Angst ist eine Begleiterin unseres Lebens, manchmal unmerklich, manchmal auch erschütternd. Sie stellt einen wirksamen Schutz vor den verschiedenen Gefahren dar und ist somit für die Entwicklung und das Überleben sinnvoll und notwendig.“ ■

Andrea Morgenstern / Anke Frank

Hinweis: Der 4. DRK Palliativ-Tag findet am 19. Januar 2019 statt.



Schmerzen lindern, Angst nehmen, in Würde sterben

Spezialisierte ambulante Palliativversorgung (SAPV)

extra.stark!

Parchim

21

Das lateinische Wort „pallium“ bedeutet „Mantel“. Dabei steht Mantel im übertragenen Sinn auch für „Schutz“. Diesen Schutz und noch mehr Wärme benötigen Menschen, die unheilbar krank sind, in ganz besonderem Maße.

Viele von ihnen möchten die letzte Phase ihres Lebens in vertrauter Umgebung verbringen und zu Hause sterben. Die Ansprüche an die Pflegekräfte, die ihren Patienten in den letzten Tagen, Stunden und Minuten zur Seite stehen, sind hoch. Die Palliativpflegekräfte arbeiten mit viel Herz, Leidenschaft und Kompetenz. Palliativpflege kann Patienten zwar nicht mehr heilen, aber sie kann unterstützen, die Schmerzen zu lindern und dafür sorgen, die Lebensqualität bis zum Tod zu verbessern und zu erhalten.

Seit Oktober ist die DRK-Sozialstation Parchim Kooperationspartner des SAPV-Teams Ludwigslust-Parchim von Dr. Fabian Föhring. Der DRK-Kreisverband Parchim e. V. hat seit 2016 Kolleginnen zu Palliativ-Care-Kräften ausbilden können, die nun in diesem Team im alten Landkreis Parchim Patienten und deren Angehörige begleiten. Die meisten Patienten werden zu Hause betreut. Diese Betreuung ist zeitintensiv. „Eine Stunde ist nichts“, sagt Gerlind Schmitz, Pflegedienstleiterin der DRK-Sozialstation Parchim. Zum Teil werden die Patienten dreimal pro Woche und



Die Betreuung der Patienten erfordert Zeit und Empathie.

auch häufiger betreut. Die Palliativ-Care-Kräfte müssen dabei neben ihrer fachlichen auch eine besondere soziale Kompetenz mitbringen, vor allen Dingen emphatisch sein und sich Zeit für die Patienten nehmen. Die Kolleginnen des Roten Kreuzes im SAPV-Team nehmen sich diese Zeit und garantieren für ihre Patienten eine 24-stündige Bereitschaft an sieben Tagen pro Woche. Denn es ist nicht mehr der Kampf gegen die Krankheit. Es ist das bestmögliche Leben mit ihr. ■

Text und Foto: Eckli Raff

Neues Projekt

Seepferdchen für Förderkinder

Das Wasser gehört zu unserer Heimat einfach dazu. Die Ostsee, die vielen schönen Seen – die Menschen im Altkreis Parchim wachsen mit dem Wasser auf. Wer hier nicht schwimmen kann, lebt gefährlich. Vor allem Kinder und Jugendliche mit Behinderungen hatten in der Vergangenheit nur begrenzt die Möglichkeit, schwimmen zu lernen. Der Betreuungsaufwand ist dreimal so hoch wie bei nicht behinderten Kindern und auch die Dauer eines Schwimmkurses erhöht sich.

Ehrenamtskoordinator Michael Krüger hat sich des Themas angenommen. Gegen Ende des Schuljahres werden die Kinder und Jugendlichen aus den Förderschulen im Altkreis Parchim Schwimmunterricht bekommen. „Das Ziel ist, dass jedes Kind es schafft, das Seepferdchen zu bestehen“, so Michael Krüger. „Der Unterstützungsbedarf, gerade für Kinder mit Behinderungen, ist groß. Wir wollen nun dafür sorgen, dass sie sicherer werden, wenn sie sich auf oder im Wasser bewegen und unsere wasserreiche Heimat uneingeschränkt genießen können.“ ■

Text und Foto: Eckli Raff



Michael Krüger, Koordinator Ehrenamt.

DRK-Kreisverband Parchim e. V.
Moltkeplatz 3 | 19370 Parchim

Telefon: 0 38 71.6 22 50
www.drk-parchim.de



Blutspende mit Biss

Außergewöhnliche Aktion begeisterte die Spender

Zum Blutspendetermin am 16. November 2017 in der Asklepios-Klinik in Pasewalk hatten sich die Mitarbeiter des DRK-Blutspendedienstes Neubrandenburg, des Krankenhauses sowie Mitglieder des DRK-Ortsvereins Eggesin etwas ganz Besonderes einfallen lassen.

Als Klinikmitarbeiterin Steffi Kapell im April 2017 zum ersten Mal Blut gespendet hatte, war sie enttäuscht, dass nur 44 Spendewillige erschienen waren. „Das muss anders werden“, sagte sich die Verantwortliche für Öffentlichkeitsarbeit und Qualitätsmanagement und beschloss mit dem Präventionsteam der Klinik, mehr Mitarbeiter – vor allem junge – für die freiwillige Blutspende zu gewinnen. Die Idee der „Vampir-Blutspende“ gefiel allen so gut, dass sogleich mit den Vorbereitungen begonnen wurde.

Das macht mir bis heute sehr viel Freude und mit meiner Tochter Martha steht nun schon die nächste Generation der ehrenamtlichen Helfer bereit.“ Gemeinsam mit ihrer Mutter Sybille Wendtlandt, die den DRK-Ortsverein leitet, und Kristina Aßmann begann sie bereits etliche Stunden vor der Aktion, die Räumlichkeiten zu dekorieren. Stühle und Tische wurden mit Hussen versehen, große rote Schleifen, Spinnen, Spinnennetze, Leuchtkürbisse und viele andere Accessoires wurden platziert. Daran hatte auch die vierjährige Martha viel Spaß. Das Präventionsteam unterstützte die Mitarbeiter der Krankenhausküche beim Spenderbuffet. Bereits am Vortag hatten sie Muffins gebacken und leckere Süßspeisen zubereitet. Bananen bekamen einen Überzug aus Schokolade und Mandarinen lustige Gesichter. Und natürlich durfte auf dem Buffet der beliebte Wackelpudding nicht fehlen.



Als Vampire verkleidet: Kristina Aßmann und Haike Kretzmer mit Tochter Martha hatten viel Spaß bei dieser besonderen Aktion.

Fotos: Olga Shapko



Schwester Corinna Markowski vom Blutspendedienst hatte schwarze Gummihandschuhe an und Spritzendeko an der Stirn. So hatte auch Schwester Jana Alexander viel Spaß bei dieser Blutspendeaktion.

Gemeinsam mit der Krankenschwester Angela Michalek entstand unter dem Motto „Blutspende mit Biss“ ein spezielles Plakat. Schnell stand auch fest: Das Ambiente der Aktion musste möglichst gruselig sein. Zu einem schaurig-leckeren Willkommens-trunk sollte ein Imbiss mit „gruseligen Köstlichkeiten“ gereicht werden. Vampire sollten dabei sein, schaurige Musik sollte erklingen und auch eine Tombola mit tollen Preisen wurde geplant. Um all diese Ideen umzusetzen, bekamen die Krankenhausmitarbeiter tatkräftige Unterstützung vom DRK-Ortsverein Eggesin, deren Mitglieder bereits über Erfahrungen bei der so genannten „Vampir-Blutspende“ verfügten. Haike Kretzmer (31), die sich aktiv im DRK-Ortsverein engagiert, war gern bereit, diese besondere Aktion zu unterstützen und nahm dafür sogar einen Tag Urlaub. Auf die Frage, warum sie das tut, kam sofort die Antwort: „Seit fast 20 Jahren bin ich aktiv im Ortsverein Eggesin, denn schon als kleines Mädchen war ich bei der Blutspenderbetreuung dabei.

Kein Wunder, dass alle von diesem besonderen Ambiente begeistert waren und die Resonanz durchweg positiv ausfiel. Jeder fand die Idee irgendwie sehr cool. Ebenso gut kam die Tombola an, denn es gab Picknickdecken, Sporttaschen, Regenschirme und vieles mehr zu gewinnen.

Erfreuliches Fazit: Zu dieser Blutspendeaktion kamen 73 Spendenwillige, darunter 18 Erstspender, von denen die meisten junge Menschen waren.

Ludwig Merker, Geschäftsführer der Asklepios-Klinik, ist selbst ein langjähriger Spender. Er ging mit gutem Beispiel voran und lobte das große Engagement aller Beteiligten, die diese Aktion zu einem besonderen Erlebnis werden ließ. Einer Neuauflage der Veranstaltung im Herbst 2018 dürfte aufgrund der vielen fleißigen Helfer also nichts im Wege stehen. ■

Iris Kraus



**DRK-Blutspendedienst
Mecklenburg-Vorpommern
gemeinnützige GmbH**

**Telefon: 08 00.11 949 11
www.blutspende-mv.de**

Einsatzstellenkonferenz mit Special Guests

extra.stark!

Soziale
Freiwilligendienste
23

Im Rahmen des Freiwilligen Sozialen Jahres (FSJ) und des Bundesfreiwilligendienstes (BFD) laden die DRK Sozialen Freiwilligendienste einmal im Jahr zur Einsatzstellenkonferenz. Dazu werden alle fachlichen Anleiter und Mentoren, die FSJ- oder BFD-Freiwillige betreuen, eingeladen. Um möglichst vielen eine Teilnahme zu ermöglichen, wird diese Tagesveranstaltung inhaltsgleich zweimal im November angeboten.

Am 14. und 23. November 2017 folgten insgesamt über 80 Mentoren der Einladung – so viele wie nie zuvor. Die Freiwilligendienste, als FSJ- und BFD-Trägerorganisation, informierten zu Beginn der Konferenz über den aktuellen Stand der Freiwilligenprogramme. Im Anschluss wurden Neuerungen sowie neue Projekte vorgestellt: Zum einen gibt es im laufenden Jahrgang erstmals die Möglichkeit eines kombinierten In- und Auslandsfreiwilligendienstes. Zum anderen soll zukünftig versucht werden, in Polen Teilnehmer für einen Freiwilligendienst in Deutschland mit anschließender Ausbildung zu gewinnen.

Abschließend wurde das Projekt „Süd-Nord“ vorgestellt. Dabei absolvieren junge Menschen aus Ghana oder Peru einen Freiwilligendienst in Mecklenburg-Vorpommern. Für dieses Programm werden noch geeignete Einsatzstellen gesucht.

Konferenzhöhepunkt waren die Special Guests – die Hauptpersonen im FSJ und BFD – die Freiwilligen. An beiden Tagen waren je drei Teilnehmer aus dem FSJ zu Gast und berichteten über ihren Einstieg in den Freiwilligendienst sowie über gute und schlechte Erfahrungen. Darüber hinaus gaben sie Empfehlungen für Anleitung, Wertschätzung und Zukunftsperspektiven. Nach dem vorbereiteten Bericht konnten Fragen gestellt werden. Dabei kam die ein oder andere positive und auch nachdenkliche Anekdote zum Vorschein.

Die Freiwilligen haben einen positiven Eindruck hinterlassen und dabei die Qualitätssicherung unterstützt. Für alle Anwesenden war dies der intensivste Punkt der Konferenz und alle konnten hilfreiche Anregungen für die eigene Arbeit mitnehmen. Zudem wurde das Thema der pädagogischen Anleitung weiter vertieft. Anregungen und Verbesserungsvorschläge sind dankend angenommen worden. Drei Workshops bildeten dafür den Rahmen: Personalentwicklung und Freiwilligendienst, Pädagogische Anleitung sowie Zusammenarbeit von Einsatzstellen und Trägern.

Zudem wurde das Thema der pädagogischen Anleitung weiter vertieft. Anregungen und Verbesserungsvorschläge sind dankend angenommen worden. Drei Workshops bildeten dafür den Rahmen: Personalentwicklung und Freiwilligendienst, Pädagogische Anleitung sowie Zusammenarbeit von Einsatzstellen und Trägern.



Konferenzteilnehmer im DRK-Bildungszentrum.



FSJ-Teilnehmer im Interview.

Fotos: Eva Klinkle

Über die Ergebnisse der Workshops sowie die Gesamtinhalte der Konferenz wurde allen FSJ- und BFD-Partnern ein Protokoll zugesandt. Die nächste Einsatzstellenkonferenz ist für den November 2018 vorgesehen. ■

Stefan Beutel



DRK Soziale Freiwilligendienste
Mecklenburg-Vorpommern gGmbH

DRK Soziale Freiwilligendienste M-V gGmbH
Wismarsche Straße 298 | 19055 Schwerin

Telefon: 03 85.59 37 82-0
info@drk-freiwillig-mv.de
www.drk-freiwillig-mv.de



Das Alter genießen

Wer im Betreuten Wohnen lebt, hat weniger Sorgen

Eigentlich wollten Elfriede und Fritz Lakaw bis ans Ende ihrer Tage im eigenen Haus auf dem Dorf bleiben. Aber dann kam alles ganz anders.

Elfriede (76) und Fritz Lakaw (82) haben 1959 geheiratet, fünf Kinder großgezogen, ein Haus gekauft und ein neues gebaut. Vertraut mit dem dörflichen Leben und der Land- und Viehwirtschaft, hatten sie nicht vor, aus Niendorf wegzuziehen. „Die Kinder sind in Klütz zur Schule gegangen, wir fuhren regelmäßig zum Einkaufen dorthin, zum Arzt und zu Dienstleistern. Das hat uns nie etwas ausgemacht“, sagen sie. Doch irgendwann spürten die beiden den Nachteil der fehlenden Infrastruktur, vermissten unter anderem den Verkaufswagen, der über Land fuhr, um die Dorfbevölkerung mit den wichtigsten Dingen zu versorgen. „Vor drei Jahren haben wir uns dann gedacht, dass es besser wäre, nach Klütz zu ziehen. Meine Schwester hatte hier bereits eine Wohnung im Betreuten Wohnen des Roten Kreuzes gemietet. Dieses Angebot für ältere Menschen gefiel uns sehr gut und deshalb haben wir uns ebenfalls dafür entschieden“, erzählt Elfriede Lakaw.

Der Schritt sei zwar nicht leicht gewesen, aber schon bald merkten die Eheleute, wie ihnen auch Last und Verantwortung genommen wurde, die Haus und Garten mit sich brachten. Jetzt können sie sich ganz auf sich konzentrieren, das tun, was ihnen Spaß macht – in den eigenen vier Wänden oder der Gemeinschaft mit anderen Bewohnern des modernen, altersgerechten Wohnhau-

ses. Je nach den aktuellen Lebensumständen oder dem Gesundheitszustand können sie entscheiden, Serviceleistungen in Anspruch zu nehmen – für Dinge, die sie selbst nicht mehr erledigen können oder möchten. „Das finden wir gut, aber momentan machen wir noch alles allein“, sagen die Eheleute. Fritz Lakaw ist froh, dass seine Frau noch jeden Tag selbst kocht, denn nach einer Magen-OP musste er sich in vielen Dingen umstellen. „Das Essen schmeckt und außerdem passt meine Frau gut auf mich auf“, meint der Ehemann, dem aufgrund seiner Herzrhythmusstörungen ein Defibrillator eingesetzt wurde.

Für individuelle Hilfen, Beratung, gemeinsame Veranstaltungen, Ausflüge, Vorträge und vieles mehr ist Hausdame Gabriele Pawlowitz verantwortlich. Sie pflegt den regelmäßigen Kontakt zu allen Bewohnern und organisiert, was ihnen gefällt. „Sie hilft uns, wenn wir Probleme haben und sorgt dafür, dass wir unser Alter genießen können“, sagen die Lakaws. Besonders Elfriede Lakaw nimmt gern an den gemeinsamen Treffen und Ausflügen der Bewohner teil – von denen so einige ganz verrückt nach ihrer Kirsch-Sahne-Torte sind.

Elfriede und Fritz Lakaw, die übrigens im nächsten Jahr ihren 60. Hochzeitstags feiern wollen, sind sich einig: „Unsere Entscheidung, das Eigenheim zu verkaufen und ins Betreute Wohnen in Klütz zu ziehen, war richtig. Zwei Zimmer, Küche und Bad auf 51 Quadratmetern – das ist für uns groß genug.“ ■

Text und Foto: Christine Mevius



Ein Team steht für den guten Geschmack

Verführerische Buffets und zufriedene Gäste

extra.stark!

Bildungszentrum
Teterow
25

Wer eine Feier ausrichten möchte, egal ob privat oder geschäftlich, hat meistens alle Hände voll zu tun und muss dafür viel Zeit aufwenden. Wie gut, dass es Profis gibt, die einem dabei zur Seite stehen können.

Das Kongresszentrum im DRK-Bildungszentrum Teterow ist ein idealer Ort für Tagungen, Weiterbildungen, Geburtstage, Betriebsfeiern und sogar Hochzeiten. „Wir stellen uns gerne auf die Wünsche unserer Auftraggeber ein. Dabei beraten wir sie bei der Wahl der passenden Speisen und Getränke, besorgen eine ansprechende Dekoration, stellen die gewünschte Technik zur Verfügung und natürlich auch Hotelzimmer direkt in unserem Haus. Wer möchte, bekommt ein Rundum-sorglos-Paket“, sagt Sabine Rößger, die den Gästen mit Rat und Tat bei der Planung und Organisation ihrer Veranstaltung zur Seite steht.

Für das leibliche Wohl sind die Köche Karina Lerahn und Toni Winkowski zuständig. Besonders beliebt bei den Gästen sind ihre Buffets, denen anzusehen ist, dass sie mit großem fachlichen Können, viel Leidenschaft und Liebe zum Detail zubereitet werden. Der eigene Anspruch des Küchenteams besteht darin, dass kein Buffet wie das andere aussieht. „Wir entwickeln immer neue Ideen, gehen natürlich auf die Wünsche unserer Gäste ein und freuen uns, wenn es ihnen gefällt und schmeckt“, sagen die beiden ganz bescheiden. Dabei erwähnen sie nur beiläufig, dass sie ausschließlich frische Zutaten verwenden und alles handgemacht ist. Die kulinarischen Kreationen – egal ob warm oder kalt – sehen nicht nur verführerisch aus, sondern sind auch geschmacklich hervorragend aufeinander abgestimmt. Manche Teile des Buffets sind echte Schaustücke – wie beispielsweise die riesige Fischplatte mit einem ganzen Stör, Flusskrebse und vielen verschiedenen Fischarten. Manchmal wird ein Spanferkel oder eine Pute zubereitet, die die Köche vor den Gästen tranchieren. Kassler im Brotteig gehört ebenso zu den Favoriten, wie Roastbeef und ver-



Karina Lerahn und Toni Winkowski zaubern mit ihrem Küchenteam leckere Buffets für die verschiedensten Anlässe.
Fotos: Helmut Wachtel



Sabine Rößger plant und organisiert Veranstaltungen für bis zu hundert Personen.



Walburga Möller arbeitet seit über 20 Jahren in der Küche des Bildungszentrums.

schiedene leckere Filets. Und was nie fehlen darf, sind die süßen Sachen, denen wohl selten jemand widerstehen kann.

Wer Lust auf eine Veranstaltung mit einer anspruchsvollen kulinarischen Umrahmung bekommen hat, kann sich gern an Sabine Rößger wenden, Telefon: 0 39 96.12 86 19, Mail: s.roessger@drk-bz.de ■

Christine Mevius



DRK-Bildungszentrum Teterow gGmbH
Am Bergring 1 | 17166 Teterow

Telefon: 0 39 96. 12 86-0
www.drk-bz.de



Teterower Krankenhaus erweitert Angebot

Moderne CT-Technik auch für externe Patienten

Leiter der Radiologie Christian Schmidt-Kalwa hat seinen Dienst aufgenommen – Patienten profitieren von zusätzlichen Versorgungsmöglichkeiten.

Das DRK-Krankenhaus Teterow baut seine medizinische Fachkompetenz weiter aus. Seit dem 1. November ist in der Klinik Christian Schmidt-Kalwa als Leiter der Radiologie tätig. Der gebürtige Berliner kommt vom Südstadtklinikum Rostock, wo er etliche Jahre als Facharzt in der Abteilung für Diagnostische und Interventionelle Radiologie gearbeitet hat.

Seine Qualifikation erlaubt es nicht nur, durch konventionelle Röntgenuntersuchung oder durch Computertomografie die richtige Diagnose zu finden. Im Rahmen seines Spezialgebiets Interventionelle Radiologie sind auch kleinere Eingriffe oder bestimmte therapeutische Maßnahmen während der Untersuchung möglich, von denen zum Beispiel Schmerzpatienten, Patienten mit Gefäßverengungen (Arterienverkalkung), aber auch Tumorpatienten profitieren.

Christian Schmidt-Kalwa und sein Team nutzen unter anderem einen modernen Computertomografen mit einer deutlich geringeren Strahlenbelastung für die Patienten. Das Gerät kann gleichzeitig 16 Schichtaufnahmen aufzeichnen, was die Untersuchungszeit erheblich verkürzt und dennoch überaus genaue und aussagekräftige Erkenntnisse liefert.

Diese moderne CT-Technik soll zukünftig auch externen Patienten zugutekommen, die von ihren Haus- und Fachärzten zur Untersuchung in die Radiologie Teterow geschickt werden. Für konventionelle Röntgenuntersuchungen wird diese ambulante Leistung durch das DRK-Krankenhaus bereits praktiziert. Eine 24-Stunden-CT-Versorgung auch in Notfällen ist durch die Einbeziehung der radiologischen Fachpraxis Kaires und Rosenbaum in Demmin via Teleradiologie gewährleistet.

Zusätzlich ergänzt der neue Leiter der Radiologie mit seinem Ausbildungsauftrag Radiologie die Palette der Ausbildungs- und Weiterbildungsbefugnisse, die das DRK-Krankenhaus als Akademisches Lehrkrankenhaus der Universität Rostock anbieten darf.

„Besonders reizvoll an meiner Aufgabe in Teterow ist die Möglichkeit, an der weiteren Entwicklung des Hauses und damit an der Gestaltung optimaler Versorgungsmöglichkeiten im ländlichen



Christian Schmidt-Kalwa ist Leiter der Radiologie im Krankenhaus Teterow.

Foto: Bert Burchett

Raum aktiv mitzuwirken“, erläutert Christian Schmidt-Kalwa seine Motivation für den Wechsel nach Teterow.

„Die weitere Positionierung unserer Radiologie bedeutet einen weiteren Qualitätsschub für die medizinische Betreuung der Menschen in unserer Stadt und unserer Region“, erklärt Jan Weyer, Geschäftsführer der vier DRK-Krankenhäuser in Mecklenburg-Vorpommern. Bau- und Modernisierungsmaßnahmen mit einem Volumen von mehr als zehn Millionen Euro hatten eine zusätzliche Optimierung bei der Patientenversorgung ermöglicht. Die Kliniken Innere Medizin I und II werden seit einiger Zeit mit dem Kardiologen Privatdozent Dr. Alexander Riad und dem Gastroenterologen Professor Dr. Thomas Wertgen von zwei renommierten Spezialisten geführt. Der erfahrene Darmspezialist Bert Burchett, in Teterow geboren, kam als Chefarzt der Chirurgie. ■

Uli Martin

DRK-Krankenhaus Teterow gGmbH
Goethestraße 14 | 17166 Teterow

Telefon: 0 39 96.14 10
www.drk-kh-mv.de



Die Mistel in der Krebstherapie

Mistelpräparate für verschiedene Tumorarten

extra.stark!

DRK-Krankenhaus
Neustrelitz
27

Mehr als zwei Drittel der Krebspatienten wenden heute neben den konventionellen Therapieverfahren zusätzlich auch Arzneimittel und Verfahren aus der Naturheilkunde an. Eines der am häufigsten angewendeten Arzneimittel in der komplementärmedizinischen Krebstherapie ist die Mistel.

Seit 1917 wird die Mistel in der Behandlung von Krebs eingesetzt. Diese spezifische Indikationsstellung geht auf Dr. Rudolf Steiner und Dr. med. Ita Wegman (Begründer der Anthroposophischen Medizin) zurück, welche das erste Mistelpräparat Iscar entwickelten. Mittlerweile existieren verschiedene Mistelpräparate, die sich in ihrer Herstellungsweise, Konzentration und bezüglich des Wirtsbaumes (zum Beispiel Apfel, Eiche, Esche, Birke), auf dem die Mistel wächst, unterscheiden. Misteln weisen eine Fülle unterschiedlicher mineralischer und organischer Inhaltsstoffe auf. Pharmakologisch von besonderem Interesse sind zwei misteltypische Substanzen: die Viscotoxine und die Mistellektine. Diese sind Eiweißsubstanzen, die von der Mistel gebildet werden. Sie führen im menschlichen Organismus unter anderem zum Zelltod von Tumorzellen und zur Aktivierung immunologischer Effektorzellen.

Anwendung finden Mistelpräparate in der Therapie verschiedener Tumorarten. Hier sind die Auswahl des entsprechenden Wirtsbaums und die Form der Verabreichung (zum Beispiel unter die Haut oder in die Vene) ebenso wichtig wie die feine Abstimmung

der verabreichten Konzentration. Diese Therapie kann die konventionelle Tumorthherapie begleiten. Aber auch in Situationen, in denen die konventionelle Therapie nicht (mehr) stattfindet, trägt sie zu einer Verbesserung der Lebensqualität bei.

Ihre Anwendung findet die Misteltherapie außerdem in der Rezidivprophylaxe. Die genannten krebszellzerstörenden und die körpereigene, immunologische Abwehrkraft stärkenden Eigenschaften der Mistel können im Rahmen einer multimodalen Krebstherapie zu einer Verlängerung der Lebensdauer bei palliativ erkrankten Patienten beitragen.

In Studien und der täglichen Praxis zeigte sich eine signifikante Verminderung von tumorassoziierten Beschwerden, wie dem Tumor-Fatigue-Syndrom (schwerer Erschöpfung). Die Schlafqualität, der Appetit, die emotionale Stabilität und damit die Schmerzkontrolle verbesserten sich. Phytotherapeutische Mistelextrakte sind in der palliativen Therapie von malignen Tumoren verordnungsfähig. Die Kosten werden also von den Krankenkassen übernommen.

Grundsätzlich ist die Misteltherapie immer als einer von mehreren Bausteinen einer komplexen Krebsbehandlung zu verstehen und sollte in Absprache mit und in Einbezug der behandelnden Ärzte stattfinden. Gleichzeitig kann sie durch eine Stimulation der Selbstheilungskräfte in allen Phasen der Krebserkrankung zu einer Verbesserung der Lebensqualität des Menschen beitragen. ■

Theresia Knittel



Selbstschutz im Rettungsschwimmen

Bei Berichten über Menschen, die im Wasser in Not geraten, stehen meist ihre besonderen Notlagen im Mittelpunkt. Doch auch die Retter begeben sich, wenn auch bewusst und speziell für diese Aufgabe gerüstet und ausgebildet, bei einer Rettungsaktion mitunter in gefährliche Situationen. Dabei dürfen sie sich und ihre eigene Sicherheit niemals außer Acht lassen. Worauf es dabei ankommt, hat uns Sebastian Antczak im Interview erklärt. Der 28-Jährige ist Mitarbeiter des Rettungsdienstes im Kreisverband Ostvorpommern-Greifswald, verbringt die Sommermonate als Wachleiter an den Stränden der Usedomer Kaiserbäder und unterstützt die Ausbildung der angehenden Rettungsschwimmer.



Sebastian Antczak ist in den Sommermonaten als Wachleiter an den Stränden der Usedomer Kaiserbäder tätig.
Foto: René Wandel

Welche Rolle spielt das Thema Selbst- bzw. Eigenschutz für Rettungsschwimmer?

Es kommt immer wieder zu Überschätzungen beim Schwimmen, auch vonseiten der Rettungsschwimmer. Deshalb gehört das Thema Selbstschutz auf die Tagesordnung. Denn ein guter Rettungsschwimmer muss auch in der Lage sein, Situationen und damit verbundene Gefahren und Risiken für das eigene Leben richtig einzuschätzen. Niemand soll bei der Rettung den Helden spielen. Deshalb ist das Thema ein zentraler Bestandteil in unseren Dienstleistungsanweisungen und der Rettungsschwimmerausbildung.

Was lernen die angehenden Rettungsschwimmer dort?

In der umfassenden theoretischen Ausbildung lernen sie zunächst einmal verschiedene Gefahrensituationen im und am Wasser, bei besonderen Wind- und Wetterlagen etc. kennen, damit sie diese in Notsituationen erkennen und richtig einschätzen können. Rettungsschwimmer müssen sich immer fragen, was kann ich tun, um diese Gefahrensituationen zu vermeiden? Und wenn sie bereits eingetreten sind, wie kann ich mich schützen? Das lernen sie in unserer Ausbildung. Dort wird zum Beispiel auch vermittelt, wie man mit Menschen umgeht, die sich bei der Rettung wehren. Dazu gehören spezielle Befreiungsgriffe, die die Retter anwenden können, wenn sie angegriffen werden und dadurch selbst in Not geraten.

Worauf kommt es außerdem an?

Neben der umfassenden Ausbildung und der intensiven Vorbereitung auf Gefahrensituationen kommt es auf eine gut funktionierende und vollständige persönliche Schutzausrüstung an, zu der zum Beispiel der Neoprenanzug, die Sicherungsweste oder spezielle Helme gehören. Außerdem arbeiten wir mit Gurtrettern, das heißt, die Retter sind bei schlechtem Wetter und starker Strömung angeleint. Es wurde viel investiert, um einen hohen

Standard zum Schutz unserer Schwimmer zu gewährleisten. Daneben gilt: Gerettet wird immer zu zweit. Wir sind immer in Begleitung einer weiteren Person, die den Einsatz – zum Beispiel vom Jetski aus – im Blick hat und unterstützt.

Hast Du eine besondere Einsatzsituation erlebt, die Dein Bild auf das Thema Selbstschutz geprägt hat?

Da gab es eine Notsituation am Bansiner Strand im Sommer 2015. Zehn Jugendliche sind trotz des Badeverbots aufgrund hoher Wellen und gefährlicher Unterströmung ins Wasser gegangen. Auch die Warnungen der Rettungsschwimmer wurden ignoriert. Später geriet die Gruppe dann tatsächlich in Not und musste von einem Großaufgebot an Helfern gerettet werden. Die Bedingungen waren kritisch und gefährlich, die Rettungsschwimmer haben jedoch entschieden, trotzdem zu helfen. Der Einsatz hat sie deutlich an ihre Grenzen gebracht. Daraufhin hat das Thema Selbstschutz bei mir und auch insgesamt an Bedeutung gewonnen.

Was kann der einzelne Strandbesucher tun, um die Rettungsschwimmer zu entlasten und ihre Arbeit sicherer zu machen?

Am besten ist es, wenn Gefahrensituationen von vornherein vermieden werden. Das heißt, Strandbesucher sollten auf die Ansagen der Rettungsschwimmer vor Ort hören und zudem unbedingt auf Hinweise durch die Beflaggung und entsprechende Schilder achten. Und natürlich sollten sie ihr Verhalten den Wind- und Wetterbedingungen vor Ort anpassen. Zusammengefasst ist das Wichtigste die Anerkennung und Einhaltung von allgemeingültigen Regeln. Denn Regeln sollen die Strandbesucher nicht ärgern – Regeln retten. ■

Für das Interview dankt Franziska Krause

Katrin Lehmann, Leiterin des Sozialtherapeutischen Zentrums „Am Gerberhof“ in Grevesmühlen, und Labradorhündin Marli sind für Melanie (l.) wichtige Partner beim Start in ein neues Leben.

extra.stark!

Soziale
Betreuungsdienste
29



Schritt für Schritt zurück ins Leben

Melanie hatte keine schöne Kindheit und Jugend. Gewalttätigkeiten, Alkohol und Angst gehörten in ihrem Zuhause fast zum Alltag. Das machte – ebenso wie die Hänseleien anderer Kinder wegen ihres Übergewichts – ihre Seele krank. Sexuelle Übergriffe, Depressionen, Frustessen und Alkoholsucht sind nur einige Dinge, die letztendlich alles eskalieren ließen. Irgendwann stand fest: Ohne professionelle Hilfe kommt Melanie aus diesem Teufelskreis nicht mehr heraus.

Klinikaufenthalte, Entzug und therapeutische Behandlungen haben in den letzten Jahren das Leben der 27-Jährigen dominiert. Die Schritte, die sie bisher gemacht hat, waren viele kleine Schritte, keine Riesensprünge und manchmal auch Rückschritte. Doch am wichtigsten ist es für sie, niemals aufzugeben. Das zeigte sich in der Vergangenheit unter anderem darin, dass sie die Verantwortung für das Geschäft der Eltern übernahm. „Ich war erst 14 Jahre alt und habe oft allein von 7 bis 21 Uhr im Laden gearbeitet, weil ich nicht wollte, dass meine Eltern in die Pleite gehen“, erzählt Melanie – und auch, dass sie das letztendlich aufgrund der schweren Alkoholkrankheit ihres Vaters nicht verhindern konnte. Als das Zusammenleben mit den Eltern immer schwieriger wurde und Melanie, die immer so zuverlässig und verantwortungsbewusst gewesen war, über Partys und Alkohol ihren Job vernachlässigte und letztendlich bei Harz IV landete, machte man ihr beim Arbeitsamt den Vorschlag, ihr Umfeld in der bayerischen Heimat zu verlassen und in ein ambulant betreutes Wohnen in Winsen zu ziehen. Gesagt, getan. Und sie bekam sogar eine Arbeit als Küchenhilfe. Die junge Frau war darüber sehr froh, denn kochen und backen mochte sie schon immer gern. Sogar ein Ausbildungs-

platz war in Sicht. Aber dann kam es zu einem heftigen Rückfall. „Ich habe getrunken, bis ich nicht mehr arbeitsfähig war, musste aus der Wohnung ausziehen und kam dann nach Mecklenburg in eine Sozialtherapeutische Wohngruppe nach Poischendorf“, erzählt sie. Diese Einrichtung für Suchtkranke liegt zwar sehr abgeschieden, aber Melanie hatte sich trotzdem dafür entschieden, weil sie hoffte, hier ihre Alkoholkrankheit mit dem so genannten kontrollierten Trinken bekämpfen zu können. „Drei Bier am Tag sind hier erlaubt“, sagt sie. Nach sechs Monaten wollte Melanie auch darauf verzichten und machte eine Entziehungskur in der Klinik. Dann war sie zwar weg vom Alkohol, doch die psychischen Belastungen machten ihrer Seele erneut schwer zu schaffen. „In solchen Fällen ist es wichtig, das Umfeld zu wechseln und vor allem die sozialen Kontakte zu ändern“, erklärt Einrichtungsleiterin Katrin Lehmann, die sich dafür einsetzte, dass Melanie jetzt in der Sozialtherapeutischen Wohngemeinschaft mit Tagesstätte „Am Gerberhof“ in Grevesmühlen leben kann. Träger dieser Einrichtung ist die DRK Soziale Betreuungsdienste gGmbH. Hier und jetzt erhält Melanie alle Hilfen von kompetenten Betreuern, Therapeuten und Ärzten, die sie braucht, um weitere kleine Schritte voranzukommen und möglichst bald ein eigenständiges, selbstbestimmtes Leben führen zu können. Empathie, Vertrauen, und Unterstützung sind Dinge, die sie am meisten braucht – und die bekommt sie hier. Neben den Betreuern ist Marli, die pechschwarze und stets liebebedürftige Labradorhündin von Katrin Lehmann, ein wichtiger Bezugspartner für Melanie – einer für die Seele, zum Knuddeln und Gernhaben, auch für die anderen Bewohner im Sozialtherapeutischen Zentrum „Am Gerberhof“ in Grevesmühlen. ■

Text und Foto: Christine Mevius

MENSCHEN, DIE AKTIV HELFEN DAS ROTE KREUZ SAGT DANKE!

Rene Dürr (42)

ist Mitglied in der Medical Task Force, Teileinheit 12, in Stralsund / Rügen. Besonders reizt ihn die Arbeit im Team, der Austausch mit den Kameraden und die vielen Kontaktmöglichkeiten zu Menschen bei



Einsätzen und Ausbildungen. Einen besonderen Reiz hat für ihn auch die vielfältige, moderne Technik, mit der die Fahrzeuge ausgestattet sind. Diese zu beherrschen, ist für Rene Dürr eine anspruchsvolle Aufgabe, die gleichzeitig vielfältige Möglichkeiten zur persönlichen Qualifikation bietet. Er arbeitet derzeit im DRK-Rettungsdienst und ist über die Bundeswehr und das Technische Hilfswerk zu einem Ehrenamt im Roten Kreuz gekommen, welches ihm sehr viel Spaß macht. ■

Text und Foto: Burkhard Päscheke

Anna-Lena Garbe (26)

engagiert sich seit Oktober 2016 im Projekt „Schule und DRK“. „Es ist toll, mit den Kindern und Jugendlichen zu arbeiten. Ich muss immer daran denken, wie viel Spaß ich damals selbst im



Schulsanitätsdienst hatte“, erzählt die Gesundheits- und Krankenpflegerin, die als Schulsanitäterin ihre ersten Kontakte zum DRK geknüpft hat. „DRK heißt für mich, Teil einer großen Gemeinschaft zu sein, die es sich zur Aufgabe gemacht hat, das Miteinander in unserer Gesellschaft zu verbessern. In unserem Projekt sind wir ein bunt gemischtes Team. Was uns verbindet, ist der Spaß mit anderen Menschen zusammenzuarbeiten und unser Wissen an die Kids weiterzugeben. Dafür freuen wir uns über neue Mitstreiter“, erzählt die Rotkreuzlerin weiter. ■

Text und Foto: Franziska Krause

Dana Krause (18)

begann vor fünf Jahren, sich im Schulsanitätsdienst zu engagieren. Ein Jahr später stieg sie ins Jugendrotkreuz ein und leitet dort nun seit einem Jahr ihre eigene Gruppe. Wöchentlich schult sie die Kleinsten in humanitären Werten und vermittelt Wissen in Erster Hilfe. Darüber hinaus unterstützt sie die Leitung, vertritt Rostock bei Wettkämpfen



und spielt beim Welt-Erste-Hilfe-Tag auch gern einmal eine Verletzte. Gründe für ihr Engagement gibt es viele. „Ich arbeite ehrenamtlich, weil ich extrem viel Spaß daran habe, den Kids etwas beizubringen. Beim JRK und DRK erlebt man immer etwas Neues. Langeweile gibt's hier nicht. Im Gegenteil. Ich kann regelmäßig neue Erfahrungen sammeln und lerne dabei viele tolle Leute kennen, von denen mir einige schon sehr ans Herz gewachsen sind.“ ■

Text und Foto: Stefanie Kasch

Irena Herzog (67)

ist mit Leib und Seele seit vielen Jahren ehrenamtlich als Blutspendeengel aktiv. Zusammen mit weiteren Helfern verwöhnt sie die Blutspender rund um Schönberg mit einem leckeren Imbiss nach der Spende. Aber nicht nur das. Es gibt kaum eine Veranstaltung des DRK-Ortsvereins Schönberger



Land, bei der Irena Herzog fehlt. Wird noch irgendwo eine fleißige Hand gebraucht, ist sie wie selbstverständlich zur Stelle. „Gern bin ich dabei“, sagt sie. „Ich schätze die gemeinsamen Aktivitäten und den Zusammenhalt in der Gemeinschaft.“ Seit Kurzem ist sie mit weiteren Helferinnen auch im Kreisauskunftsbüro des DRK-Kreisverbandes Nordwestmecklenburg e.V. tätig. ■

Text und Foto: Karina Herzog

Nurikabe

Bei diesem Rätsel soll in das Gitter ein verzweigter Fluss eingezeichnet werden, in dem Felder schwarz ausgefüllt werden. Alle Flussfelder müssen miteinander verbunden sein. Ein zusammenhängendes Flussbild der Größe 2 x 2 darf nicht vorkommen.

Die Zahl in den Feldern stehen für Landflächen, die genauso viele Felder enthalten wie die Zahl vorgibt. Auf jeder Landfläche steht genau eine Zahl, und Landflächen dürfen nur diagonal direkt aneinander grenzen. **Viel Spaß beim Rätseln!**

	4						3
		5					
							1
	4					2	
1							
	4						
							3

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

extra.stark!

Rätsel / Tipps /
Impressum

31

Auflösung des
Sudoku-3-fach-Rätsels
aus dem Magazin 03/2017

Kleiner Helfer mit großer Wirkung

Mit Restube auf der sicheren Seite – für Einsatz und Freizeit

Die Rettungsschwimmer der Wasserwachten setzen neben ihrer umfassenden Ausbildung auf moderne Ausstattung, um sich selbst im Einsatz zu schützen. Wenn sie sich privat ins Wasser begeben, dann meist ganz ohne zusätzliches Equipment. Doch auch der erfahrenste Schwimmer kann in Not geraten und dann kommt es plötzlich auf jede Sekunde an. Die Restube-Boje schafft hier mehr Sicherheit und Freiheit. „Die kleine Tasche trägt man immer bei sich. Restube ist so klein, dass der Nutzer keinerlei Einschränkung hat. Ein Zug am Auslöser genügt und das Restube bläst sich in Sekunden mittels der eingebauten CO₂-Patrone auf. Im aufgeblasenen Zustand kann man sich einfach über die gelbe Restube-Boje lehnen“, berichtet Christopher Fuhrhop, Gründer von Restube, der sich selbst schon einmal in einer kritischen Situation im Wasser befand und daraufhin Restube entwickelte.

Die Rettungsdrohnen, die ab Saisonbeginn an vielen Stränden Mecklenburg-Vorpommerns im Einsatz sind, sind allesamt mit Restube ausgestattet und sollen dem Verunfallten den nötigen Halt geben, bis die Rettungskräfte eintreffen. „Ob am Mann, im Auto, auf dem Boot oder am Strand – viele nutzen Restube bereits zum zusätzlichen Selbstschutz. Damit unsere Partner vom DRK im Einsatz und in der Freizeit sicher unterwegs sind, haben wir eine Kooperation gestartet und gewähren allen Rotkreuzmitgliedern einen Sonderrabatt von 20 Prozent“. Zudem gehen 5 Prozent der Einnahmen als Spenden an die Wasserrettung des DRK in M-V“, so Christopher Fuhrhop. ■ Text und Foto: Franziska Krause



Die Rettungsscooter-Piloten setzen auf Restube und erlernen in ihrer Ausbildung den Umgang damit.

Sie interessieren sich für Restube?

Alle weiteren Informationen auf www.restube.com.

Dort können die Restubes unter Angabe des Gutscheincodes: **drkfreunde2018** ermäßigt bestellt werden.

Service-Urlaub in Bulgarien

Eine begleitete Reise für Senioren vom 21. September bis 4. Oktober 2018 an den Sonnenstrand am Schwarzen Meer (nahe Nessebar) bietet VIA Reisen in Kooperation mit dem DRK-Kreisverband Rügen-Stralsund e.V. an. Für 1.264 Euro, inklusive Flug, Transfer vor Ort, 4-Sterne-Hotel, HP, Betreuung und örtliche Reiseleitung, erwartet die Senioren ein entspannter 14-tägiger Urlaub. Die Reisebegleitung stellt das Rote Kreuz. Informationen erhalten Interessierte bei: Christine Seegers, Telefon 0 38 38.2 37 84



Foto: Horst Schröder_pixelio.de

Herausgeber

Herausbergemeinschaft
der DRK-Kreisverbände
Neubrandenburg,
Ostvorpommern-Greifswald, Demmin,
Rügen-Stralsund, Nordvorpommern,
Mecklenburgische Seenplatte,
Parchim, Rostock, Nordwestmecklenburg

Auflage

26.000 Exemplare

Gültige Anzeigenpreisliste

vom 1. Januar 2012

Redaktion

Verantwortlich: Stefanie Kasch,
Christine Mevius, DRK-Kreisverbände

Redaktionsanschrift

DRK-Kreisverband Rügen-Stralsund e.V.
Raddasstraße 18
18528 Bergen auf Rügen
Telefon 0 38 38.8 02 30 / Fax 80 23 33
E-Mail info@drk-ruegen-stralsund.de

Titelfoto

Foto: Christine Mevius

Verlag / Anzeigen

rügendruck gmbh
Circus 13, 18581 Putbus
Telefon 03 83 01.8 06 16
Fax 03 83 01.8 06 78
E-Mail verlag@ruegen-druck.de

Druck / Herstellung

rügendruck gmbh
Circus 13, 18581 Putbus
Telefon 03 83 01.8 06 60
Fax 03 83 01.8 06 78
E-Mail info@ruegen-druck.de

Erscheinungsweise

Quartalsweise, kostenlose Verteilung
an alle Mitglieder der Kreisverbände
der Herausbergemeinschaft.
Sie haben die Möglichkeit, sich mit
Meinungen, Kritiken und Hinweisen
an die Redaktion zu wenden.
Der Herausgeber haftet nicht für
unverlangt eingesandte Manuskripte
und Fotos.
Die Veröffentlichung aller Nachrichten
erfolgt nach bestem Wissen, aber
ohne Gewähr.

DankeAnna,
dass Du Dir ein paar
Minuten nimmst, damit
andere alle Zeit der
Welt bekommen.



Mach's wie Anna:
SCHENKE LEBEN, SPENDE BLUT.

**SPENDE
BLUT** 
BEIM ROTEN KREUZ