

extra.stark!

ROTKREUZMAGAZIN MECKLENBURG - VORPOMMERN

2019 | Nr.2

JAHRGANG 20

ROTKREUZ-GEMEINSCHAFTEN

RETTER AUF VIER PFOTEN



Deutsches
Rotes
Kreuz

1999 - 2019
20 Jahre
Rotkreuz-
magazin
in M-V



Peeneschwimmen am Bollwerk



29. Juni 2019

Anmeldung: **ab 9.00 Uhr**

Start: **13.00 Uhr**

3 Strecken: 400 m/ 800 m/ 3000 m

3. Anklamer Sporttag

mit Skaten, Laufen und Walken

Wir suchen:

Sportlichstes Team



22. Peeneschwimmen Quer durch Anklam

www.drk-ovp-hgw.de

Veranstalter: Wasserwacht Anklam des DRK-Kreisverbandes Ostvorpommern-Greifswald e.V.

Gestaltung: Medien- und Informatikschule Greifswald

SAUBERE LEISTUNG. REINES GEWISSEN.

Gebäudereinigung • Glasreinigung • Unterhaltsreinigung • Garten- und Landschaftspflege

IBR
DIENSTLEISTUNGEN
FÜR PRIVAT UND GEWERBE

IBR GmbH Hauptsitz

Spülfeld II 03, D-18546 Sassnitz OT Mukran

Tel.: 03 83 92 / 69 30, Fax: 03 83 92 / 3 31 11

ibr-gmbh@ibr-vorpommern.de

Mehr auf WWW.IBR-VORPOMMERN.DE

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

der Frühling hat mit einem großartigen Ereignis begonnen: Nach 18-monatiger Bauzeit konnte der DRK-Landesverband eine Pflegeeinrichtung eröffnen, die mit Sicherheit zu den modernsten in Mecklenburg-Vorpommern gehört. Denn die 120 Bewohner der DRK-Wohnanlage „Prohner Wiek“ sind in ein Haus eingezogen, in dem es ausschließlich Einzelzimmer gibt. Individualität und Leben in der Gemeinschaft sind hier also keine Gegensätze, sondern die zeitgemäße Antwort auf die Bedürfnisse unserer älteren Menschen. Mit großem Fleiß haben die Mitarbeiter und Helfer dazu beigetragen, dass der Umzug für die Bewohner möglichst stressfrei war. Dafür sage ich allen Beteiligten meinen herzlichen Dank.

Über diese und andere wichtige Ereignisse können Sie sich wie gewohnt in unserem Rotkreuzmagazin „extra.stark!“ informieren. Seit nunmehr 20 Jahren sind die Redakteure der Herausbergemeinschaft im ganzen Bundesland unterwegs, um über unseren Verband zu berichten. Jedes Mal, wenn ich das Magazin aufschlage, freue ich mich, wie viele wunderbare Menschen es in unserem Roten Kreuz gibt, wie viele tolle Initiativen und Projekte. Über zwei Jahrzehnte konnte ich beobachten, wie sich dieses Magazin stets weiterentwickelt hat, moderner und ansprechender geworden ist. Dafür gebührt der Herausbergemeinschaft mit den neun beteiligten Kreisverbänden sowie allen, die daran aktiv mitwirken, große Anerkennung.

In wenigen Tagen werden wir wieder allorts spüren, dass Mecklenburg-Vorpommern ein begehrtes Urlaubsland ist, an den Stränden und Seen, aber auch auf den Straßen. Auf diese Hochsaison sind unsere Mitarbeiter des Rettungsdienstes, die Mitglieder der Wasserwacht sowie viele andere freiwillige Helfer vorbereitet, die bei Unfällen und Katastrophen Erste Hilfe leisten und Leben retten. Außerdem kommen sie bei hunderten Sport- und Kulturveranstaltungen zum Einsatz, wo sie zuverlässig die Absicherung übernehmen. Für ihre Bereitschaft, in der Freizeit dafür zu sorgen, dass andere Menschen geschützt und gut betreut werden, gebührt allen Kameradinnen und Kameraden unser Respekt und gesellschaftliche Anerkennung.

Ich wünsche Ihnen allen einen wunderschönen, unfallfreien Sommer.

Herzlichst Ihr

Werner Kuhn

Präsident des DRK-Landesverbandes
Mecklenburg-Vorpommern e. V.



Foto: Jens Köhler



8



12



17

- | | | |
|--|---|--|
| <p>04 Aktuelles aus den DRK-Kreisverbänden</p> <p>06 DRK-Botschafterin Antonia Rados über die Not in Syrien</p> <p>07 Eine Reise auf den Spuren des Roten Kreuzes</p> <p>08 Modernste DRK-Wohnanlage in Prohn eingeweiht</p> <p>10 Rotkreuz-Gemeinschaften: Retter auf vier Pfoten</p> <p>12 Tagebuch: JRK-Ausbildungscamp auf Rügen</p> <p>14 Porträt: Dr. Thomas Jennings</p> | <p>16 Die JRK-Gruppenstunde</p> <p>17 Schwimmen für Kinder</p> <p>18 Altersgerechtes Wohnen: Neuanfang im Norden</p> <p>19 Ehrenamt: Pensionierte Lehrerin hilft Hortkindern</p> <p>20 Gesundheitsvorsorge: Global Challenge überzeugt</p> <p>21 Schilddrüsenerkrankung: Patienten bestmöglich versorgt</p> <p>24 Blutspende: Jeder Tag bringt eine neue Herausforderung</p> | <p>25 Ratgeber: Rettungsgasse – so wird's gemacht</p> <p>26 Sternberger DRK Seniorenzentrum rüstet sich für die Zukunft</p> <p>27 Start frei für neues Weiterbildungsformat</p> <p>28 Hilfe für psychisch kranke Menschen: Neustart hat viel Kraft gekostet</p> <p>29 Freiwilligendienst: Zu Besuch bei Partnern in Ghana</p> <p>30 Menschen, die aktiv helfen</p> <p>31 14. DRK Zwei-Rad-Tour, Rätsel, Impressum</p> |
|--|---|--|



Rettungsdienst erneut als Ausbildungsbetrieb bestätigt

Das Landesprüfungsamt für Heilberufe in Rostock hat die DRK Rettungsdienst Nordwestmecklenburg gGmbH in einem umfangreichen Prüfverfahren erneut als kompetenten Ausbildungsbetrieb anerkannt. Qualifizierte Praxisanleiter bilden in den drei DRK-Lehrrettungswachen des Landkreises weiterhin Notfallsanitäterinnen und -sanitäter aus. Die Ausbildung zur Vorbereitung auf die verantwortungsvollen Aufgaben im Bereich der medizinischen Notfallversorgung dauert insgesamt drei Jahre.

Text: Annette Broose

Foto: A. Zelck – DRK-Bilddatenbank

www.drk-nwm.de



Stärker werden durch Fundraising

Projekte anschieben, die Ausstattung verbessern, Mitstreiter gewinnen – wer viel bewegen will, braucht eine Menge Unterstützung. Auch das Einwerben von finanziellen Mitteln und Sachwerten gehört unabdingbar dazu. Der DRK Kreisverband Parchim hat sich deshalb das Fundraising auf die Agenda geschrieben: Mit Markus Kaminski, der über zahlreiche Expertisen in der gemeinnützigen Arbeit verfügt, soll der Bereich „Zuwendungen“ künftig deutlich ausgebaut werden.

Text: Barbara Arndt | Foto: DRK Parchim

www.drk-parchim.de



Katastrophenschutzinsatz in Rostock

Wegen der Entschärfung einer Bombe aus dem 2. Weltkrieg musste am 27. März die Rostocker Innenstadt rund um den Fundort evakuiert werden. Die betroffenen Anwohner wurden in einer Notunterkunft in der Stadthalle Rostock untergebracht. Genau für solche Notlagen vorbereitet, war auch die Rostocker Bereitschaft an der Evakuierung beteiligt. Mit 61 Helfern übernahm sie u. a. den Transport von Betroffenen, die Betreuung in der Notunterkunft sowie deren Auf- und Abbau.

Text und Foto: Julia Junge

www.drk-rostock.de



Neue Vorsitzende des Ortsvereins

Anfang des Jahres übernahm Angelika Hafemeister den Vorsitz des Ortsvereins Tribsees, Franzburg, Richenberg, Velgast. Sie löste damit Brunhilde Gielow ab, die ihr Amt aus Altersgründen abgab. Angelika Hafemeister ist vielen Menschen aus der Region sehr vertraut und nahm diese Aufgabe gern an. Sie wird weiterhin Aufgaben wahrnehmen, die der Ortsverein Menschen mit Behinderung anbietet. Durch das schon bestehende Team hatte sie einen guten Start und freut sich auf viele weitere Unternehmungen.

Text und Foto: Katja Mann

www.drk-nvp.de



Erstes 10-Stunden-Schwimmen

Am 29. März 2019 trafen sich 56 motivierte Schwimmer zum ersten 10-Stunden-Schwimmen in der Müritz-Therme in Röbel. Das von Rettungsschwimmern und Schwimmlehrern ins Leben gerufene Projekt wurde von der DRK-Wasserwacht in Röbel organisiert. Es ist nicht nur ein sportliches Event, sondern soll auch dafür werben, dass die Kinder an der Mecklenburgischen Seenplatte frühzeitig das Schwimmen erlernen. Am Ende der Veranstaltung standen über 520 geschwommene Kilometer zu Buche.

Text und Foto: Stephan Radtke

www.drk-msp.de

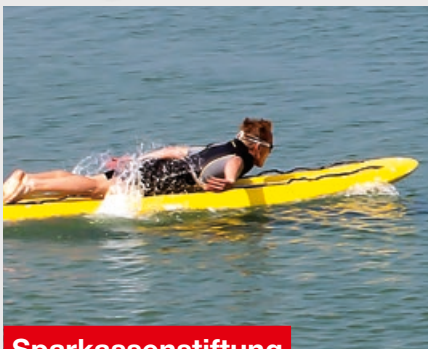


DRK-Kreisverband Rügen-Stralsund zieht um

Aufgrund der Erweiterung der Lehrrettungswache verlegt die Geschäftsstelle des DRK-Kreisverbandes Rügen-Stralsund, Raddasstraße 18 in Bergen auf Rügen, ihren Sitz. „Wir werden bis zum 1. Juli 2019 das erste Obergeschoss der Sparkasse Vorpommern beziehen, wo derzeit bauliche Anpassungen nach unseren Vorgaben erfolgen“, sagt André Waßnick, Kaufmännischer Vorstand des DRK-Kreisverbandes. Unter anderem werden Glasfaseranschlüsse verlegt, um im Rahmen der Digitalisierung und Vernetzung zukünftig schneller und sicherer arbeiten zu können.

Text und Foto: Christian Rödel

www.drk-ruegen-stralsund.de



Sparkassenstiftung macht es möglich

Durch die finanzielle Unterstützung der Neubrandenburger Sparkassenstiftung konnte die Ausrüstung der DRK Wasserwacht durch drei Rettungsbretter erweitert werden. Die ehrenamtlichen Mitglieder dieser Gemeinschaft sehen in der Anschaffung dieser lebensrettenden Einsatzmittel, die einem Surfbrett ähnlich sind, eine wichtige Förderung ihrer Arbeit, die für den Schutz der Badegäste zwingend notwendig ist. Anwendung finden die Wasserrettungsmittel, wenn Badende in Not geraten sind, als Trage oder zur wasserseitigen Überwachung von Badestellen durch die Rettungsschwimmer.

Text: Kathleen Kleist | Foto: Christine Mevius

www.neubrandenburg.drk.de



Neue altersgerechte Wohnungen in Lubmin

Die Altersgerechten Wohnanlagen des DRK in Lubmin bieten beste Bedingungen, um lange sicher und eigenständig zu leben. Der bisherige Komplex aus Senioren-Service-Zentrum „Am Rosengarten“ und der Wohnanlage „Am Teufelsstein“ wird nun durch einen Neubau mit 15 Wohneinheiten mit Wohnflächen zwischen 47 und 55 m² ergänzt. Interessenten können sich beim verantwortlichen Leiter Olaf Kiesow melden. Telefon: 0383 54/3 11 45 oder E-Mail an: kiesow@drk-ovp-hgw.de

Text und Foto: Franziska Krause

www.drk-ovp-hgw.de



Bewegung hält Senioren fit

Seit Februar 2019 bietet der DRK Kreisverband unter dem Motto „Sport stärkt das Wohlbefinden, Körper und Geist“ allen Bewohnern der altersgerechten Wohnhäuser in Demmin Seniorengymnastik an. Kursleiterin und Wellnesstrainerin Sigrid Wenzel hilft ihnen, den ganzen Körper durch wohldosierte Übungen zu aktivieren. Die Teilnehmer erhalten neben Erläuterungen zur richtigen Ausführung der einzelnen Übungen auch wichtige Hinweise für die Bewegung im Alltag.

Text und Foto: Sylvia Reinhardt

www.demmin.drk.de



**Das DRK bittet um Spenden
für die notleidende Bevölkerung:**
IBAN: DE63 3702 0500 0005 0233 07
BIC: BFSWDE33XXX | Stichwort: Syrien



1: Die zerstörte Altstadt von Homs. | Foto: Dr. Dieter Schütz/DRK
2: Antonia Rados 2016 bei einem Besuch in einem Flüchtlingslager für Syrer. | Foto: © Antonia Rados/DRK

DRK-BOTSCHAFTERIN ANTONIA RADOS:

Not in Syrien weiter groß

ACHT JAHRE NACH DEM BEGINN DES SYRIEN-KONFLIKTES GEHT DIE GEWALT LANGSAM ZURÜCK, DOCH DIE ZERSTÖRUNG IM LAND IST IMMENS. 13 MILLIONEN MENSCHEN SIND WEITERHIN AUF HUMANITÄRE HILFE ANGEWIESEN.

„Von meinen Reisen als Fernseh-Journalistin nach Syrien weiß ich, dass nach den jahrelangen Kämpfen große Teile der Infrastruktur, der Wohnhäuser und der Schulen zerstört sind. 50 Prozent der Gesundheitseinrichtungen sind außer Betrieb oder beschädigt“, sagt Antonia Rados. Die bekannte Auslandskorrespondentin und Autorin mehrerer Bücher engagiert sich seit Kurzem auch als Botschafterin für das Deutsche Rote Kreuz.

DRK-Präsidentin Gerda Hasselfeldt zeigte sich darüber erfreut: „Frau Rados ist eine ausgewiesene Expertin, die seit vielen Jahren mit Mut und Sachkenntnis aus den Konfliktregionen dieser Welt berichtet. In ihren Berichten legt sie die schrecklichen Folgen von Krieg für die Bevölkerung offen – für genau die Menschen, die am meisten Schutz benötigen und denen wir als DRK zur Seite stehen, wie etwa in Syrien.“

Dort leben 6,2 Millionen Menschen als Vertriebene, darunter 2,5 Millionen Kinder. Weitere 5,6 Millionen Syrerinnen und Syrer

haben in den Nachbarländern Zuflucht gesucht. Viele können gar nicht in ihr Zuhause zurück, weil ihre Häuser zerstört sind. Das DRK ist seit Anfang 2012 in Syrien aktiv an der Nothilfe beteiligt. „Mit Hilfe der Freiwilligen unserer Schwestergesellschaft, des Syrischen Arabischen Roten Halbmondes, haben wir zahlreiche Hilfsgüter an die notleidende Bevölkerung verteilt, darunter bislang fast 400.000 Nahrungsmittelpakete und 1,3 Millionen Pakete mit Hygieneartikeln. Auch die Stärkung der Logistikkapazitäten des Roten Halbmondes, inklusive Anmietung und Instandhaltung von Lagerhäusern, der Bezahlung von Mitarbeitern sowie der Bereitstellung von Lastwagen und Gerätschaften, gehört zu unserer Arbeit vor Ort. Über diese logistische Infrastruktur werden auch die Güter anderer Hilfsorganisationen im ganzen Land verteilt“, sagt Präsidentin Gerda Hasselfeldt. ■

Text: C. M. | Quelle: DRK Generalsekretariat

AUSZEICHNUNG FÜR BESONDERES ENGAGEMENT

Eine Reise auf den Spuren des Roten Kreuzes

28 ROTKREUZLER ERLEBTEN BEI EINER BILDUNGSREISE DIE GESCHICHTE IHRER ORGANISATION HAUTNAH. SIE REISTEN AUF DEN SPUREN VON ROTKREUZ-GRÜNDER HENRY DUNANT UND KAMEN TIEF BEWEGT ZURÜCK.

Jedes Jahr reisen engagierte Ehren- und Hauptamtliche zu den Ursprüngen ihrer Organisation und besuchen die Wirkungsstätten von Rotkreuz-Gründer Henry Dunant. In diesem Jahr fand die vom DRK-Landesverband organisierte Reise vom 25. bis 30. März 2019 mit 28 Teilnehmern statt. „Der Älteste war 80 Jahre, sehr sympathisch und humorvoll und über die Hälfte seines Lebens mit dem DRK verwachsen – die Jüngste war 26 Jahre alt. Es gab viele junge Menschen, die teilweise noch gar nicht so lange beim Roten Kreuz tätig sind, die aber dem DRK in ihrer Lebenslinie einen festen Platz eingeräumt haben“, berichtet Anke Albrecht aus dem Kreisverband Neu-Brandenburg. „Ich wusste vorher nicht, worauf ich mich bei der Reise einlasse. Es steht und fällt mit den Menschen, die daran teilnehmen. Es hat super gepasst und jeder der Anwesenden war ein Geschenk“, sagt Marion Heineking, Kita-Fachberaterin des Landesverbandes.

Aus den Reisenden wurde eine Gemeinschaft, die von den Einblicken in das Leben und Wirken Dunants in Solferino, Castiglione, Genf oder in Heiden sehr beeindruckt war. „Die Reise und die Stationen Dunants haben mich tief bewegt. Mir wurde klar, dass die Werte, die wir im DRK leben, aktueller denn je sind“, so Marion Heineking. In Solferino wurde Henry Dunant damals Zeuge einer schrecklichen Schlacht und erlebte die Grausamkeiten des Krieges. Daraus entwickelte er Ideen, um das Leid der Menschen in solchen Konflikten zu lindern und für mehr Menschlichkeit zu sorgen. Er brannte für die Idee einer neutralen und unabhängigen Hilfsgesellschaft und überzeugte mit



Ricardo Schmidt, Anke Albrecht und Reiseleiterin Bianca Meyer im Rotkreuz-Museum in Castiglione.

seiner charismatischen und unkonventionellen Art zahlreiche Skeptiker von seinem Vorschlag. „Es ist unvorstellbar, was aus dieser Idee entstanden ist. Mich hat die Reise dem Roten Kreuz noch näher gebracht“, so Ricardo Schmidt aus dem Krankenhaus Teterow. „Man weiß, man arbeitet für das Rote Kreuz. Aber was alles dahinter steckt, geht im Arbeitsalltag manchmal ein wenig unter. Dunant hat so für seine Idee gekämpft und einfach nicht aufgegeben. Ich fühle mich sehr geehrt, dass ich an der Reise teilnehmen durfte. Es ist toll, dass das DRK das ermöglicht“, sagt Doris Wagner aus Grevesmühlen. ■

Text und Fotos: Franziska Krause



INDIVIDUALITÄT UND LEBENSQUALITÄT BIS INS HOHE ALTER

Modernste DRK-Wohnanlage in Prohn eingeweiht

IN SICHERHEIT, GUT BETREUT UND UNTER BERÜCKSICHTIGUNG INDIVIDUELLER BEDÜRFNISSE ÄLTER ZU WERDEN, IST EIN WUNSCH, DER FÜR DIE BEWOHNER DER DRK-WOHNANLAGE „PROHNER WIEK“ KÜRZLICH IN ERFÜLLUNG GEGANGEN IST.

Als am 12. April 2019 die neue DRK-Wohnanlage in Prohn eingeweiht wurde, waren in erster Linie Erleichterung und Freude bei allen Beteiligten zu spüren. Nach 18 Monaten Bauzeit stand für das vierteilige Gebäudeensemble eine Investitionssumme von rund 20 Millionen Euro zu Buche, die der DRK-Landesverband aus Eigenmitteln sowie einem langfristigen Darlehen der Bank für Sozialwirtschaft finanziert hat.

Präsident Werner Kuhn machte mit sichtlichem Stolz darauf aufmerksam, dass alle Bewohner ein Einzelzimmer bezogen haben und es insgesamt zehn ansprechend gestaltete Wohnbereiche mit eigener Küche für jeweils zwölf Bewohner gibt. Hin-

zu kommen das tolle Kneipp-Konzept, das in vielen Bereichen der Pflege und Betreuung zu spüren ist, sowie die schönen, großzügig gestalteten Außenanlagen, die den Bewohnern sowie ihren Besuchern zur Verfügung stehen. Als weitere Trümpfe nannte er den großen Veranstaltungssaal mit Balustrade, die hauseigene Küche und Wäscherei sowie moderne Therapie- und Beschäftigungsräume.

In der Tat: Mit diesem Neubau ist ein wichtiges Zeichen für beispielhafte Pflege- und Betreuungsmöglichkeiten gesetzt worden. „Wir bauen nicht nur, sondern wir schaffen Leben in unseren Einrichtungen“, sagte Adrian Gladysz, Geschäftsführer





5

der DRK-Pflegeeinrichtungen M-V gGmbH. „Wir wollen den Menschen die Freiheit lassen, soweit wie nur irgendwie möglich über sich selbst zu entscheiden. Durch viel Abwechslung und gemeinschaftliches Miteinander im Alltag wollen wir ihre Lebensfreude erhalten, ihnen das Gefühl geben, dass sie in Sicherheit und Geborgenheit älter werden können“, ergänzt er. Dafür steht auch Einrichtungsleiterin Cornelia Staar-Malcher, die mit ihrem gesamten Team und vielen Helfern beim Umzug in das neue Haus über viele Wochen großartige zusätzliche Arbeit geleistet hat. „Langsam ist Normalität in den Arbeitsalltag eingeleitet. Die neue Technik funktioniert, die Arbeitsabläufe sind etabliert. Nun können sich die Mitarbeiter wieder voll und ganz den Bewohnern widmen“, stellt sie erleichtert fest.

Wohnbereichsleiterin Sonja Helle freut sich besonders über die modernen Bedingungen, die ein entspannteres Arbeiten ermöglichen. „Es ist leichter und angenehmer, wenn wir die Bewohner in ihrem individuellen Wohnbereich versorgen können“, sagt sie und lobt die wohltuenden Kneipp-Anwendungen, die nicht nur den älteren Menschen, sondern auch den Mitarbeitern zur Verfügung stehen.

Viel Anerkennung für die guten Bedingungen gibt es auch von den Familien der Bewohner. „Ich finde es wirklich toll, dass hier jeder ein modernes, helles Einzelzimmer mit freiem Blick in die Natur hat. Denn wer früher im eigenen Haus gelebt hat, kann



6

sich meist schwer daran gewöhnen, seine vier Wände mit einem fremden Menschen zu teilen“, sagt Silke Ahrens, die hier eine Angehörige besucht.

Auch für Prohns Bürgermeister Peter Messing war der 12. April ein besonderer Tag: „Ich freue mich sehr, dass das DRK den Neubau in unserer Gemeinde errichtet hat, zumal wir die tollen Räumlichkeiten auch für unsere Veranstaltungen nutzen dürfen.“ Ebenso sparte der Oberbürgermeister von Stralsund, Alexander Badrow, nicht mit Lob. „Ich denke, dieses Gebäude ist Anerkennung und Wertschätzung für die Lebensleistungen der älteren Menschen und bedanke mich beim DRK für das, was hier entstanden ist.“

Dieser Dank gilt ebenso dem Architekturbüro Schneekloth sowie allen am Bau beteiligten Firmen. Denn schön ist es geworden – das neue Zuhause für 120 ältere Menschen. ■

Text und Fotos: Christine Mevius



- 1: Blick in den Innenhof.
- 2: In den offenen Wohnküchen wird gemeinsam gekocht und gebacken.
- 3: Die Mitarbeiter haben sich schnell an die neuen Arbeitsbedingungen gewöhnt.
- 4: Die Einrichtung ist von maritimen Details geprägt.
- 5: Außenansicht der Pflegeeinrichtung.
- 6: Werner Kuhn (l.) sowie Adrian Gladysz und Cornelia Staar Malcher (hinten re.) dankten langjährigen Mitarbeitern.



Bei einer gemeinschaftsübergreifenden Übung des Katastrophenschutzes wird die Zusammenarbeit mit anderen Einheiten geprobt – hier mit dem Wassergefahrenzug. | Foto: Anke Radlof

Retter auf vier Pfoten

DAS EHRENAMTLICHE TEAM DER RETTUNGSHUNDESTAFFEL INVESTIERT SEHR VIEL ZEIT IN IHRE BESONDERE AUFGABE UND SPÜRT VERMISSTE MENSCHEN MITHILFE DER FEINEN NASEN IHRER VIERBEINER AUF. SIE TRAINIEREN INTENSIV FÜR DEN ERNSTFALL, TEILEN ABER AUCH VIEL FREUDE UND EINZIGARTIGE MOMENTE.

„Etwa alle zwei Wochen werden wir zu einem Einsatz gerufen, vor allem nachts oder in den frühen Morgenstunden. Dabei suchen wir meist nach dementen Personen“, erzählt Anette Quandt, die Leiterin der Rettungshundestaffel des DRK-Kreisverbandes



Die Rettungshundestaffel trainiert mehrmals wöchentlich für mehrere Stunden. | Foto: Janine Bredt

Ostvorpommern-Greifswald und zugleich auch Landesbeauftragte für Rettungshundearbeit. 18 Mitglieder gehören derzeit ihrer Staffel an. Sie werden jedes Jahr zu rund 50 Einsätzen gerufen. Bei etwa zehn bis zwanzig dieser Alarmierungen hat sich die Person bis zum Eintreffen der Rettungshunde bereits angefundenes, in allen anderen Fällen sind die Vierbeiner gefragt. Um eine vermisste Person im Notfall aufzuspüren, ist im Vorfeld ein hartes Stück Arbeit erforderlich. Mensch und Tier durchlaufen eine umfassende Ausbildung und absolvieren ein intensives Training. Vier- bis fünfmal wöchentlich üben sie verschiedene Situationen: die Suche nach verschütteten Menschen in Trümmern („Trümmersuche“), das Aufspüren menschlicher Gerüche in großen Gebieten („Flächensuche“) oder das gezielte Suchen einer bestimmten Person anhand eines Geruchsgegenstandes („Mantrailing“). Dahinter steckt eine starke Leistung der Vierbeiner: Menschliche Witterung muss aus einer Vielzahl anderer Gerüche herausgefiltert werden. Durch ihre feine Nase können die Hunde so unter anderem vermisste Personen auffinden, die



Anette Quandt ist seit mehr als 20 Jahren in der Rettungshundearbeit aktiv.
Foto: Franziska Krause



Die Hunde werden angeleitet, in welche Richtung sie suchen sollen.
Foto: Franziska Krause

unter meterdicken Trümmerschichten verschüttet sind oder weit entfernt Hilfe benötigen. Wie gut sie das kann, stellte die Hündin von Anette Quandt letztes Jahr eindrucksvoll unter Beweis. „Wir suchten in Tutow und meine Holly wollte unbedingt auf den ab-
zäunten Flugplatz, den man als möglichen Ort für die gesuchte Person schon ausgeschlossen hatte“, erzählt sie. Aber Holly behielt recht. „Dank ihrer Fähigkeiten konnte ein dementer, alter Mann gerade noch rechtzeitig gefunden werden. Sonst wäre er er-
froren. Holly hatte mir hier über eine Distanz von ca. 600 Metern Luftlinie eindeutig ‚gesagt‘, dass er dort sein müsse. Es ist immer wieder faszinierend, was die Hundenase kann“, berichtet die 55-Jährige.

Auf ihrem Trümmerplatz in Wusterhusen und einem Waldgebiet nahe Wolgast trainiert die Staffel für genau solche Situationen, und das meist über mehrere Stunden. „Man sollte sich also keine falschen Illusionen machen, die Rettungshundearbeit ist sehr zeiti-
ntensiv und ein Ehrenamt. Es ist daher wichtig, vorab genau zu überlegen, ob und wie man langfristig sich und sein Umfeld damit in Einklang bringen kann“, sagt die Leiterin, die seit vielen Jahren für die Rettungshunde-
arbeit lebt.

Die hiesige Staffel hatte sie vor 20 Jahren mitgegründet. „Seitdem hat sich in der Rettungshundearbeit viel getan. Die Prüfungsordnung wurde mehrfach ver-
bessert, das Mantrailing ist als Suchart

hinzugekommen und auch bei der Ausbildung hat sich viel be-
wegt. Denn man weiß heute viel mehr über Hunde und ihr Lern-
verhalten“, berichtet die erfahrene Trainerin.

Genau wie die Rettungshundestaffel feiert auch das Rotkreuz-
magazin 20-jähriges Bestehen. „Es ist eine tolle Sache, weil man beim Lesen des Magazins über den Tellerrand schauen kann und weiß, was im Land so alles passiert. Außerdem finde ich es gut, wenn das Engagement im Ehren- und Hauptamt auch über die eigene Einheit bzw. den Kreisverband hinaus ge-
würdigt wird“, so Anette Quandt.

Die Rettungshundearbeit ist ein wichtiges Ele-
ment in der Ehrenamtslandschaft des DRK. Auch an der Mecklenburgischen Seenplat-
te gibt es eine Einheit, eine weitere befindet sich in Schwerin derzeit im Aufbau. ■

Text: Franziska Krause

Hundeführer und Vierbeiner bilden zusammen ein starkes Team+ bei der Suche nach Vermissten.
Foto: Janine Bredt



AUSBILDUNGSCAMP IN PATZIG AUF RÜGEN

Nachwuchsretter erlebten ein spannendes Wochenende

DER DRK-KREISVERBAND RÜGEN-STRALSUND UNTERSTÜTZT ALLJÄHRLICH IM FRÜHJAHR EIN ZWEITÄGIGES AUSBILDUNGSCAMP, IN DEM DIE JUNGEN TEILNEHMER BEI THEORETISCHEN UND PRAXISNAHEN ÜBUNGEN VIEL FÜR IHRE SPÄTEREN NOTFALLEINSÄTZE LERNEN.



Übung am Rettungswagen: „Verletzte“ werden für den Transport vorbereitet.

06:10 UHR

Raus aus den Federn und ab ins Bad zum Zähneputzen! Es ist Samstagmorgen und eigentlich könnte der neunjährige Justus Träger etwas länger schlafen, aber er springt freiwillig blitzschnell aus dem Feldbett. Der Stralsunder Steppke gehört zu den 24 Kindern und Jugendlichen, die ein ganzes Wochenende am diesjährigen Ausbildungscamp des DRK-Kreisverbandes teilnehmen. „Ich konnte einfach nicht länger schlafen, weil ich echt gespannt bin, was wir von unseren Ausbildern dieses Mal lernen können“, so der Viertklässler, dessen Ausbildungsstand für sein Alter schon relativ hoch ist, weil er bereits zum dritten Mal bei einem solchen Camp mitmacht.

08:00 UHR

Frühstück! Die kleinen Ausbildungscamper und ihre sieben erwachsenen Betreuer vom Roten Kreuz lassen sich frisches Obst, knackige Brötchen, Aufstrich und Kakao schmecken.





Mandy Neumann schminkt Verletzungen täuschend echt.



Anspruchsvolle Ausbildung am Defibrillator.

09:00 UHR

Zeit, etwas zu lernen. In drei Workshops versorgen die Kinder Platzwunden, offene Brüche, Quetschungen und Verbrennungen. Die Verletzungen sind natürlich nicht echt, sondern professionell geschminkt von DRK-Betreuerin Mandy Neumann. Die Illusion einer echten Verletzung ist nahezu perfekt!

10:00 UHR

Einige der kleinen „verletzten“ Personen werden mit einer Schaufeltrage in einen Krankenwagen transportiert. Ihre Betreuer haben stets ein wachsames Auge darauf und sind jederzeit bereit, helfend einzugreifen, wenn etwas nicht funktioniert. „Die Kinder und Jugendlichen lernen viel voneinander, weil einige schon länger dabei sind und den Unerfahrenen mit Rat und Tat zur Seite stehen“, sagt DRK-Ausbilderin Jenny Gatzke, die sich als ehrenamtliche Betreuerin schon viele Jahre in der Nachwuchsarbeit engagiert. Gemeinsam mit Mandy Neumann und Jens Tröger gehört sie zu dem eingespielten Führungstrio, das in der Freizeit die Verantwortung für diese Ausbildungswochenenden übernommen hat.

11:00 UHR

Bei Übungen am Defibrillator, an Blutdruckmessgeräten und der Herzdruck-Massage kommen die Kinder ganz schön ins Schwitzen. Und sie stellen fest: Es kann ganz schön anstrengend sein, das Leben eines Menschen zu retten.

12:00 UHR

Endlich Mittagspause! Ausbilder Jens Tröger hat Erbsensuppe mit Bockwurst zubereitet. Die jungen Teilnehmer haben Heißhunger und manche holen sich sogar einen Nachschlag. Nach dem Essen hat jeder etwas individuelle Zeit für sich.

15:00 UHR

Nach der Mittagspause stehen zwei Kleinbusse für einen Ausflug nach Prora bereit. Es geht zum beliebten elektronischen Lasertag-Spielen, einer modernen Variante des Räuber- und Gendarmspiels.

18:30 UHR

Zurück in Patzig bereiten alle gemeinsam das Abendbrot vor. In der gut ausgestatteten Kantine der DRK-Schule werden Öfen vorgeheizt, denn es sollen verschiedene Pizzen zubereitet werden. Die Kinder können den Pizzateig selbst nach ihren individuellen Wünschen belegen.

20:30 UHR

Der Tag war interessant und anstrengend für die Teilnehmer des Camps. Müdigkeit übermannt die Kinder. An eine Kissenschlacht denkt heute niemand mehr. Gute Nacht, träumt was Schönes! ■

Text und Fotos: Christian Rödel



Auch das gehört dazu: Toben in der Turnhalle.

**Das Rotkreuzmagazin ist
für Dr. Thomas Jenning
ein wichtiger
Begleiter.**



NEUBRANDENBURGER ARZT SEIT ÜBER 20 JAHREN IM DRK AKTIV

Vom Ersthelfer zum Kreisverbandsarzt

SEIT 1998 IST DER NEUBRANDENBURGER DR. THOMAS JENNING DRK-MITGLIED.

AUF SEINEM WEG BIS HIN ZUM KREISVERBANDSARZT HAT ER AUCH DIE ENTWICKLUNG DES ROTKREUZMAGAZINS „EXTRA. STARK!“ MITERLEBT, DAS JETZT IM 20. JAHR ERSCHEINT.

„Ich kann mich noch gut an die erste Ausgabe mit dem Titel ‚Regionalmagazin‘ erinnern“, erzählt Dr. Thomas Jennings mit Blick auf die aktuelle Ausgabe von „extra.stark!“. Im Laufe der Jahre haben sich Layout und Inhalte maßgeblich verändert – so, wie auch seine Tätigkeit für das Rote Kreuz. Das Magazin gehört seit zwanzig Jahren zum DRK in Mecklenburg-Vorpommern und bei dem 32-jährigen Rotkreuzler sind es in diesem Sommer einundzwanzig Jahre ehrenamtlicher Arbeit. Dr. Jennings liest das Magazin sehr gern, um die Geschehnisse im DRK landesweit zu verfolgen: „Es ist sehr vielfältig, zeigt die Arbeit der einzelnen Kreisverbände und gibt einen guten Einblick in die verschiedenen Möglichkeiten der Verbandsarbeit“, meint er.

Doch wie ist der einstige Ersthelfer eigentlich ehrenamtlicher Kreisverbandsarzt geworden? „Arzt wollte ich schon immer werden“, schmunzelt Dr. Jennings bei dieser Frage. Seine Mitgliedschaft im DRK begann an einem Sommertag des Jahres 1998. „Ich war elf Jahre alt und besuchte mit meiner Mutter das Augustabad am Neubrandenburger Tollensesee. Dort kam sie mit einer diensthabenden Rettungsschwimmerin von der Wasserwacht ins Gespräch und fragte, ab welchem Alter man denn Rettungsschwimmer werden könne“, erinnert sich der heutige Mediziner. Da dies

erst mit 16 Jahren möglich war, wurde er zunächst Mitglied im Jugendrotkreuz, wo Kinder ab sechs Jahre damals wie heute spielerisch auf die Rettungsschwimmerausbildung vorbereitet werden. „Ich habe verschiedene Schwimmtechniken erlernt und bin als Ersthelfer ausgebildet worden. Die Arbeit in der Gruppe hat mir echt viel Spaß gemacht“, schwärmt Thomas Jennings und fügt hinzu: „Da sind Freundschaften entstanden, die bis heute halten.“ Besonders motivierend seien für ihn auch immer wieder die JRK-Wettbewerbe gewesen, von der Kreis- über Landes- bis hin zur Bundesebene. „Das tolle Gefühl, als wir 2002 JRK-Landesmeister geworden sind, werde ich ganz bestimmt nie vergessen.“ Mit 16 Jahren konnte er endlich sein erworbenes Wissen und Können im praktischen Einsatz als Rettungsschwimmer anwenden, mit 18 Jahren gab er als Gruppenleiter seine Erfahrungen an Jüngere weiter.

Während seines Medizinstudiums an der Berliner Charité arbeitete der angehende Arzt in den Semesterferien bei der Wasserwacht und blieb so dem Roten Kreuz weiterhin verbunden. Nach dem Studium ging er zurück in seine Heimatstadt, um im Neubrandenburger Klinikum zu arbeiten. Von da an war es nur noch ein kleiner, folgerichtiger Schritt in sein



Mit 11 Jahren wurde Thomas Jennings Mitglied im Jugendrotkreuz.

heutiges Ehrenamt. „Als eines Tages beim DRK die Funktion des Kreisverbandsarztes zu besetzen war, fragte mich unser Kreisverbandspräsident Harry Just, ob ich diese ehrenamtliche Aufgabe übernehmen könnte. Das habe ich gerne gemacht“, so Dr. med. Jennings.

Seinen ersten DRK-Ausweis, ausgestellt 1998, hat er bis heute aufbewahrt, denn er erinnert sich oft an die Zeit, als er fleißig für seinen Einsatz als Rettungsschwimmer trainiert hat – so, wie es noch heute die JRK-Mitglieder tun. Die Mitgliedschaft ist für die jungen Wasserretter übrigens kostenfrei, worauf Dr. Thomas Jennings genauso stolz ist wie auf ihre tollen Leistungen. ■

Text: Ute Köpke

DIE JRK-GRUPPENSTUNDE

Wo Kinder und Jugendliche ihre Freizeit sinnvoll gestalten

JEDE WOCHE TREFFEN SICH VIELERORTS JUGENDROTKREUZLER ZU GRUPPENSTUNDEN. IHRE GRUPPENLEITER FÜHREN MIT IHNEN SPANNENDE UND ABWECHSLUNGSREICHE VERANSTALTUNGEN DURCH. DAS NOTWENDIGE RÜSTZEUG DAFÜR HABEN SIE SICH AUF LEHRGÄNGEN DES DRK-LANDESVERBANDES ANGEEIGNET.

Erste Hilfe, die Geschichte und Grundsätze des Deutschen Roten Kreuzes oder Humanitäres Völkerrecht – das alles und noch viel mehr lernen Jugendrotkreuzler aus Mecklenburg-Vorpommern in ihren Gruppenstunden. Und wer Freude daran hat, sein Wissen an Jüngere weiterzugeben, kann einen Gruppenleitergrundlehrgang besuchen, wo er Methoden der Wissensvermittlung erlernt und Anleitungen für die Gestaltung unterschiedlichster Veranstaltungen bekommt.

„Mit dem Fünf-Finger-Modell können sie einen groben Fahrplan für die Gruppenstunde erstellen. Ankommen, Aufwärmen, Thema, Organisatorisches und Schlusspunkt sind die fünf Elemente. Je nach Stärken und Kompetenzen der jeweiligen Gruppenleiter wird die Stunde jedoch sehr individuell gestaltet“, berichtet Martin Pötzsch, Jugendbildungsreferent des Landesverbandes.

„Zu Beginn gibt man den Teilnehmern Zeit und Raum, ihren Alltag hinter sich zu lassen und anzukommen. Ein Aufwärmenspiel soll gegen Müdigkeit helfen. Eines der typischen Spiele ist ‚The Ring‘. Dabei stellen sich alle im Kreis auf, fassen sich an den Händen und klettern reihum durch einen Reifen ohne die Hände loszulassen. Mit jeder Runde gelingt das schneller“, erzählt Stefanie Herkules, eine Gruppenleiterin aus Greifswald, die dabei jedes Mal die Zeit stoppt.

Nach dieser kleinen sportlichen Übung wenden sich die Jugendrotkreuzler dem eigentlichen Thema zu, das sie über eine oder mehrere Stunden begleitet. Theorie und Praxis sorgen abwechselnd für die Aneignung von Wissen und die Erprobung praktischer Fertigkeiten. „Die zentrale Herausforderung ist das unterschiedliche Basiswissen der Teilnehmer. Damit niemand

überfordert wird oder sich langweilt, müssen wir flexibel sein und uns auf die Bedürfnisse der einzelnen Kinder und Jugendlichen einstellen, denn die Stunde soll für alle interessant, abwechslungsreich und interaktiv sein“, erklärt Stefanie Herkules. Das erfordert natürlich immer eine gründliche Vor- und Nachbereitung, was ebenfalls beim Grundlehrgang für Gruppenleiter erlernt und geübt wird.

Die Gruppenstunden dienen jedoch nicht nur der Wissensvermittlung. Hier können die Kinder und Jugendlichen auch Gleichgesinnte kennenlernen. Dadurch entstehen neue Freundschaften und das Zusammenwachsen der Gruppe wird gefördert. Außerdem haben sie Spaß und lernen viele nützliche Dinge, die ihnen helfen, ihren Alltag zu meistern.

„Im Anschluss vereinbaren wir Termine, besprechen Probleme, die uns auf dem Herzen liegen, und Aktionen, die demnächst anstehen, wie beispielsweise Ausflüge, Wettbewerbe oder Geburtstage“, erzählt Stefanie Herkules. Der Kreiswettbewerb des Jugendrotkreuzes oder das Jugendtrainingscamp in Prora stehen dabei mit auf der Agenda. „Bevor es dann gemeinsam ans Aufräumen geht, machen wir oft noch ein kleines Spiel“, sagt die Gruppenleiterin, deren Ziel es ist, dass die Kinder und Jugendlichen sich immer auf die nächste Gruppenstunde freuen. Denn die Zeit beim Jugendrotkreuz soll eine willkommene Abwechslung zum (Schul-)Alltag sein. Hier können sie über sich hinauswachsen und den Umgang mit anderen Menschen üben. ■

Text: Jane Conrad | Foto: Franziska Krause



Plötzlich Meerjungfrau

EINMAL IN DIE ROLLE EINER KLEINEN
MEERJUNGFRAU ZU SCHLÜPFEN,
WÜNSCHEN SICH VIELE MÄDCHEN.
DASS DIES NICHT UNMÖGLICH IST,
ZEIGT EIN BEISPIEL VON DER
MECKLENBURGISCHEN SEENPLATTE.

Die DRK Wasserwacht Mecklenburgische Seenplatte kann solche Wünsche erfüllen – mit einem Mermaiding-Kurs in der Rübeler MüritzTherme. Nach einem ersten Test im vergangenen Jahr konnten sich die Organisatoren im Februar über viele Anmeldungen zum Meerjungfrauenschwimmen freuen. Gleich 18 Kinder wollten in das Kostüm einer Meerjungfrau schlüpfen. Unter ihnen auch Maxima Runge und Allison Piske. Als Mitglieder der Wasserwacht Müritz kennen sie sich zwar bestens mit dem nassen Element aus, aber nun wollten die beiden zehnjährigen Mädchen etwas ganz Neues, etwas Verrücktes ausprobieren. Und so legten sie nach dem Einschwimmen unter Anleitung von Cara Degen endlich die großen Momoflossen an. „Laufen ist damit ganz schön kompliziert“, sagte Allison Piske und watschelte am Beckenrand entlang. Dafür klappte es beim Tauchen und Figureschwimmen im Wasser umso besser. Außerdem machte das so viel Spaß, dass die kleinen Meerjungfrauen nur schwer zu überreden waren, eine kurze Pause einzulegen, um neue Kraft zu tanken. Am Nachmittag wartete noch



Mädchenherzen schlagen höher, wenn sie ins Kostüm einer Meerjungfrau schlüpfen können.

eine besondere Überraschung auf sie. Cara Degen, die extra eine Ausbildung für das Meerjungfrauenschwimmen absolviert hatte, zückte eine Netzstrumpfhose, schnitt ein größeres Stück ab und zog dieses Allison über den Kopf. Mit einem Schwamm tupfte sie dann blaue und weiße Farbe auf das Kindergesicht und zog das Netz wieder ab. Dann hielt sie ihr einen Spiegel vors Gesicht. „Das sieht wirklich sehr schick aus“, freute sie sich und ließ sich gern im Meerjungfrauen-Outfit fotografieren. Seit April bietet die DRK Wasserwacht solche Mermaiding-Kurse in der MüritzTherme Röbel auch für Kinder und Jugendliche an, die keine Mitglieder sind. ■ *Text und Foto: Stephan Radtke*

Vorschulschwimmen in der Boddentherme

Schwimmen lernen macht Spaß und ist wichtig für die Sicherheit der Kinder beim Baden. Darum gehen jeden Montag 35 Vorschulkinder der Kita Boddenkieker zum Schwimmunterricht. Die Fünf- bis Sechsjährigen sind immer ganz aufgeregt, wenn es montags heißt: „Ab zum Schwimmen!“ Mario Goß, Rettungsschwimmer des DRK-Kreisverbandes Nordvorpommern e.V., hat sie in drei Gruppen eingeteilt und führt den Schwimmunterricht im 30-Minuten-Takt durch. Dabei wird er von zwei Erzieherinnen unterstützt.

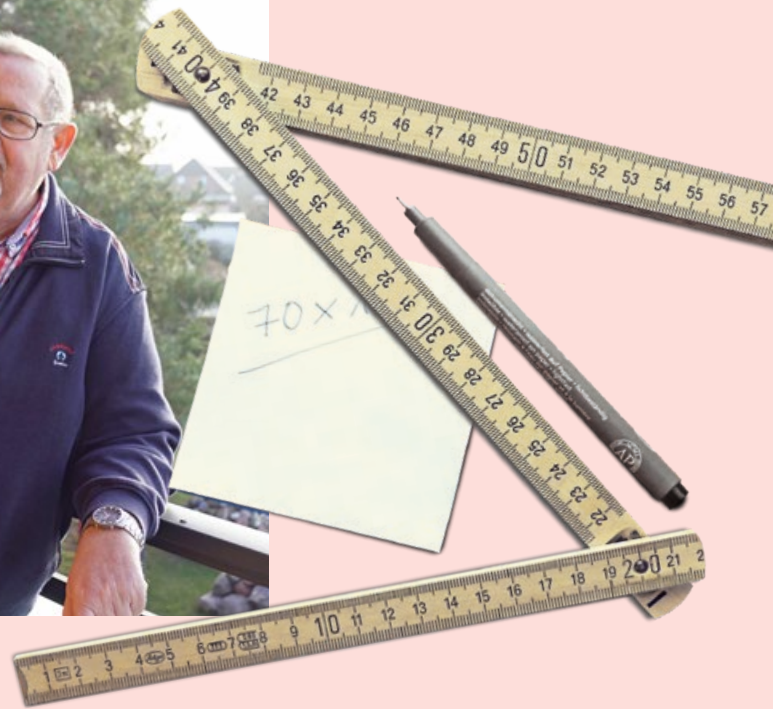
Schon wenn die Kleinen am großen Fenster der Therme vorbeigehen, sind sie wie aus dem Häuschen, winken Mario zu und ziehen sich rasch um. „Wenn sie reinkommen, wird erstmal zur Begrüßung abgeklatscht, das ist unser Ritual“, sagt der 49-Jährige, dem man ansieht, dass auch er sich auf die

Kinder freut. Seit September 2018 betreut er die Gruppe und sieht schon riesige Fortschritte. „Anfangs haben viele Schwimmanfänger Respekt vor dem Wasser und der Tiefe. Darum bekommen sie Schwimmgurte und Schwimmhilfen. Mit der Zeit werden sie sicherer und es gibt nur noch die Schwimmnudel“, erklärt der Rettungsschwimmer. Auch Tauchen finden die Kinder toll und einige trauen sich schon, ohne Hilfe einen Ring nach oben zu holen.

„Den Ängstlicheren helfe ich, indem ich sie festhalte, bis sie sich sicher fühlen“, erklärt Mario. Neben den Übungen im Wasser führt er auch Trockenübungen mit den Kindern durch, um ihre Motorik zu schulen. „Die Erzieher unterstützen mich sehr, indem sie solche Übungen in den Kita-Alltag einbeziehen, was sich dann im Schwimmunterricht positiv bemerkbar macht“, lobt Mario Goß. Schon jetzt freut er sich auf den Moment, wenn wieder 15 Kinder stolz sagen „Ich kann schwimmen.“ und er ihnen das begehrte „Seepferdchen“ übergeben kann. ■ *Text: Katja Mann*



Das Ehepaar will die Freude mit der Familie teilen und macht ein Foto vom Blick auf die Ostsee.



ALTERSGERECHTES WOHNEN

Neuanfang im Norden

FAMILIE SCHERBEL HAT SICH VIELE GEDANKEN UM DAS LEBEN IM ALTER GEMACHT UND SICH BEWUSST FÜR EINE GROSSE VERÄNDERUNG ENTSCIEDEN. DAS NEUE ZUHAUSE IN DER ALTERSGERECHTEN WOHNANLAGE IN LUBMIN UND IHRE LANGJÄHRIGE HEIMAT TRENNEN MEHR ALS 400 KILOMETER.

Mit Zollstock ausgestattet und genauen Vorstellungen, wie ihr zukünftiges Zuhause aussehen soll, haben sich Renate und Reiner Scherbel auf die Reise nach Lubmin begeben, um die Vorbereitungen für den großen Umzug zu treffen. Das Ehepaar tauscht das turbulente Leben auf einem Flugplatz in Sachsen-Anhalt gegen den Ruhestand im Norden und gehört zu den Ersten, die in den Neubau des altersgerechten Wohnens des DRK-Kreisverbandes Ostvorpommern-Greifswald e.V. in Lubmin einziehen.

15 neue Wohneinheiten sind hier entstanden und vervollständigen den beliebten Wohnkomplex an der Ostsee. „Unser altersgerechtes Wohnen ermöglicht ein langes und selbständiges Leben und bietet neben dem Wohnraum zahlreiche Service-Angebote, einen Ansprechpartner vor Ort, gemeinsame Aktivitäten und Veranstaltungen, den Hausnotruf und bei Bedarf auch Pflege- und Betreuungsleistungen – alles aus einer Hand“, erläutert Olaf Kiesow, der beim DRK für diese Wohnanlage verantwortlich ist. „Wir machen viele Angebote, die man nutzen kann, aber nicht muss. Man hat die Gewissheit, dass man unkompliziert Hilfe bekommt, wenn man sie jetzt oder später benötigt“, berichtet er. Das Konzept und die Umsetzung in Lubmin haben Familie Scherbel überzeugt. Die beiden Rentner haben sich viele

Gedanken um ihre Zukunft gemacht und wollen schon heute für morgen vorsorgen. „Wir haben uns überlegt, wohin es im Ruhestand gehen soll und wie wir im Alter leben wollen. Usedom und die Ostsee kannten wir von verschiedenen Urlaubsreisen. Über einen kleinen Umweg über die DRK-Wohnanlage in Bansin haben wir uns für das Wohnen im Lubminer Neubau entschieden. Hier ist alles Wichtige beisammen: Ärzte, Einkaufsmöglichkeiten, Apotheke und Bank sind fußläufig erreichbar. Die Wege sind für Rollatoren geeignet“, erzählt Reiner Scherbel (74). „Unsere Familie ist weit verstreut und so haben wir uns bewusst entschieden, ganz woanders einen Neuanfang zu starten. Hier haben wir Ruhe und das Meer vor der Haustür. Das wird eine große Umstellung, nachdem wir jahrelang auf einem Flugplatz gelebt haben“, erzählt seine 64-jährige Ehefrau.

Bei einem Rundgang durch die Wohnung geht Renate Scherbel zuerst auf den Balkon. Sichtlich genießt sie den Blick auf die Ostsee und lässt ihren Mann die Vorfreude auf das neue Zuhause spüren. Reiner Scherbel nimmt anschließend Maß für die neue Küche. Gedanklich arrangieren sie alles zu einem gemütlichen Zuhause. ■

Text und Foto: Franziska Krause

DIE VERFLIXTEN HAUSAUFGABEN

Pensionierte Lehrerin hilft Hortkindern

MANCHE KINDER SIND SCHNELL FERTIG, ANDERE BRAUCHEN ETWAS LÄNGER, UND MANCHE BENÖTIGEN HILFE, WENN ES UM DIE HAUSGABEN GEHT. DANN KOMMT GABRIELE SEYFERT ZUM EINSATZ. EHRENAMTLICH!



In ihrer Freizeit hilft Gabriele Seyfert den Kindern sehr gern.
Foto: Kerstin Krüger

Hausaufgaben sind zunächst einmal Sache des Kindes. Denn es ist wichtig, dass es lernt, dafür selbst die Verantwortung zu übernehmen. Andererseits kann eine Unterstützung dabei durchaus hilfreich sein. Zum Beispiel zum Beginn eines Schuljahres, wenn das Kind längere Zeit krank war, gerade einen Wohnortwechsel hinter sich hat oder mit einem bestimmten

**»Zeit sinnvoll nutzen
und Kindern helfen,
das mag ich.«**

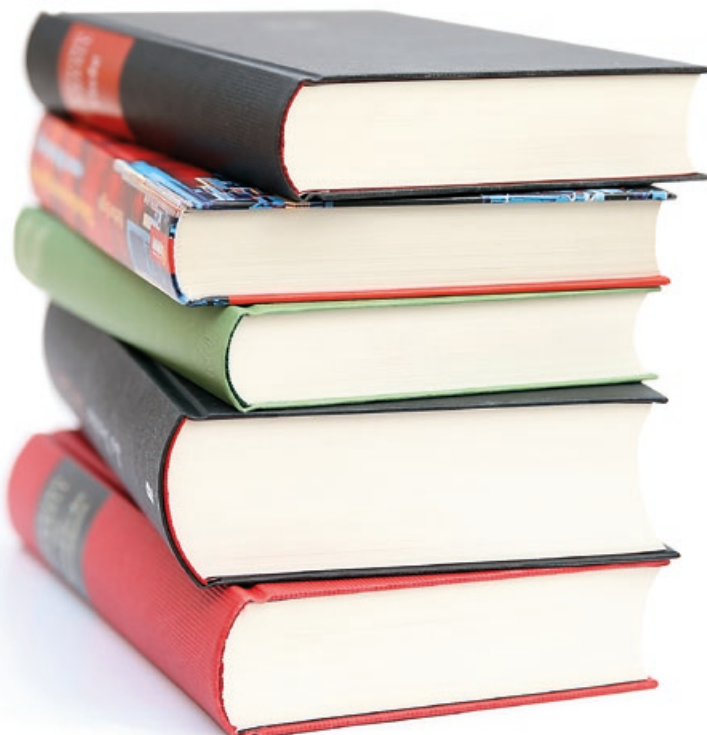
Thema oder Fach nicht zurechtkommt. In der integrativen Kita „Kinderglück“ vom DRK Kreisverband Demmin e. V. erhalten alle Kinder Unterstützung, die bei den Hausaufgaben Hilfe benötigen. Grundsätzlich sollen die Hausaufgaben aller Kinder kontrolliert werden, aber leider ist es nicht immer möglich, diesem Anspruch gerecht zu werden.

Auf der Suche nach einer ehrenamtlichen Tätigkeit als Lernpatin entdeckte Gabriele Seyfert im Internet die Seite „Engagieren in MV“. Dort las sie von dem Bedarf der integrativen Kindertagesstätte „Kinderglück“ in Demmin. Sie registrierte sich und bat um Kontaktaufnahme durch den DRK Kreisverband Demmin e. V.

Ehrenamtskoordinatorin Sylvia Reinhardt organisierte kurze Zeit später ein erstes Treffen mit der interessierten Frau und der Kita-Leiterin. Bei der Besichtigung der Kindertagesstätte erzählte Gabriele Seyfert, dass sie früher als Lehrerin und danach im Nachhilfebereich in Magdeburg und Neubrandenburg ehrenamtlich tätig war. „Schnell kam uns die Idee, ihr unseren Hortbereich zu zeigen. Dort betreuen wir zurzeit 50 Schulkinder und brauchen dringend Unterstützung bei der Hausaufgabenbetreuung“, berichtet die Leiterin der Einrichtung. Die pensionierte Pädagogin war gleich bereit, die Kinder und Erzieherinnen dreimal in der Woche zu unterstützen. Mit ihrer ruhigen Art und pädagogischem Geschick fand sie sofort Anschluss. Auf die Frage, warum sie ehrenamtlich gerade als Lernpatin tätig sein möchte, antwortet sie mit einem Lächeln: „Zeit sinnvoll nutzen und Kindern helfen, das mag ich.“

Die Rotkreuzmitarbeiter sagen Gabriele Seyfert für die professionelle Unterstützung und ihr besonderes Engagement ein herzliches Dankeschön und hoffen, dass sie den Hortkindern noch viele Jahre hilft – und das nicht nur bei den Hausaufgaben. ■

Text: Uta Lembke-Berkenhagen



VIRTUELLER LAUF MOTIVIERT ZUR TÄGLICHEN BEWEGUNG

Karina Kurth ist von der Global Challenge überzeugt

RUND 330 MITARBEITER DES DRK-KREISVERBANDES RÜGEN-STRALSUND LAUFEN IN 47 TEAMS BEI DER DIESJÄHRIGEN GLOBAL-CHALLENGE-INITIATIVE MIT UND TUN ETWAS FÜR IHRE INDIVIDUELLE GESUNDHEITSVORSORGE.



Karina Kurth nimmt im Alltag stets die Treppe und nicht den Fahrstuhl.

Auf den Fahrstuhl verzichtet Karina Kurth schon lange Zeit sehr gern, denn bei der 36-jährigen Mitarbeiterin der Stralsunder DRK-Sozialstation zählt jeder Schritt. Die schlanke, groß gewachsene Frau mit dem kurzen sportlichen Haarschnitt nimmt stets die Treppe, um zu ihren Klienten in den oberen Etagen des Gebäudes zu gelangen. „Ich habe mich schon immer gerne bewegt“, sagt Karina Kurth und schaut auf ihr schwarzes Fitness-Armband am rechten Handgelenk. Den kontrollierenden Blick auf das Display des digitalen Schrittzählers macht sie schon automatisch. Heute am frühen Nachmittag stehen auf der Anzeige schon etwas mehr als 10.000 Schritte. Nach Ansicht von Kardiologen reicht diese durchschnittliche Schrittmenge bereits als Richtwert für die tägliche Bewegung aus, um eine gewisse Basisfitness aufrecht zu erhalten.

Karina Kurth zählt zu den Mitarbeitern, die in 47 Teams mit jeweils sieben Startern des DRK-Kreisverbandes Rügen-Stralsund an der Global Challenge teilnehmen. Seit dem 17. Januar 2019 joggen und walken sie sich in hundert Tagen um die ganze Welt – natürlich nur im übertragenen Sinne, denn die Schritte werden vom Fitnessarmband auf das Smartphone übertragen, wo die absolvierte Distanz von einer

App in Kilometer umgerechnet werden kann. „An manchen Tagen habe ich abends sogar über 20.000 Schritte auf dem Display stehen“, sagt Karina Kurth, die zwei- bis dreimal in der Woche joggt. Es sind auffallend viele Kolleginnen und Kollegen, die in der Stralsunder DRK-Sozialstation ein Fitness-Armband tragen. Das hat ihnen ihr Arbeitgeber zur Verfügung gestellt. „Die Teilnahme ist absolut freiwillig und keiner wird gezwungen mitzumachen“, betont die DRK-Mitarbeiterin und berichtet von dem ansteckenden Elan in den Teams und den Laufergebnissen. „Wir unterhalten uns viel über unsere bisher zurückgelegten Kilometer, und das motiviert wirklich alle, die Global Challenge durchzuhalten“, so Karina Kurth und zeigt nicht ohne Stolz auf die App ihres Smartphones, wo sie sehen kann, dass sie sich nach nur knapp zwei Monaten von Südamerika, genauer gesagt von Machu Picchu in Peru, schon bis an die Westküste Großbritanniens per pedes fortbewegt hat. Begeistert ist die Hansestädterin auch von den vielen länderspezifischen gesunden Rezepten und Ausflugstipps, die sie gleich auf ihr Smartphone mitgeliefert bekommt. Im Mai endet die 100-tägige Global Challenge für die 329 DRK-Mitarbeiter des Kreisverbandes Rügen-Stralsund. Aber für Karina Kurth ist dann lange noch nicht Schluss, denn für sie gehört Bewegung einfach zu einem gesunden Leben dazu. ■

Text und Foto: Christian Rödel

Die Idee hinter der Global Challenge:

Interessierte Mitarbeiter treten in Siebener-Teams mit Bewegungsmessern gegeneinander an. Jeder Schritt bringt sie auf einer virtuellen Weltreise voran. Auf der Landkarte gibt es Fotos zu bestaunen, virtuelle Pokale zu gewinnen und Lektionen zu lernen: Man braucht 6.350 Schritte, um beispielsweise einen Milchkaffee zu „verbrennen“ – für einen Espresso hingegen nur 25 Schritte. Gewinner ist das Team mit den meisten Schritten nach 100 Tagen. Mehr als 350.000 Menschen aus 185 Ländern machen in diesem Jahr bei der Aktion mit.



Foto: Manfred Richter – pixabay.com



v.l.: Lieselotte Brinse (80), Hans-Jürgen Braasch (78) und Ursula Kientschner (86) sind ein sangesfreudiges Trio.

Musik ist die beste Medizin

HANS-JÜRGEN BRAASCH KOMMT DAHER WIE EIN ECHTER GENTLEMAN – IM FEINEN ZWIRN, AKKURAT FRISIERT UND RASIERT. DAS MÖGEN DIE FRAUEN UND VOR ALLEM DIE LERCHEN VOM OBERTEICH.

Einmal in der Woche besucht Hans-Jürgen Braasch die DRK-Wohnanlage „Am Oberteich“ in Schönberg. Im Gepäck hat er einen großen Akkordeonkoffer. Den braucht er unbedingt, denn der 78-Jährige leitet hier seit 2013 den Chor, der sich „Oberteichlerchen“ nennt. Es sind rund 35 Mitglieder – Frauen und Männer – die sich auf die regelmäßigen Chorstunden freuen. Auch Pflegedienstleiterin Stefanie Glaser ist begeistert, wenn der sangesfreudige Senior mit flinken Fingern über die Tasten seines Akkordeons oder Keyboards gleitet. „Das ist wirklich eine schöne Bereicherung für unsere Bewohner und wir schätzen sein Engagement sehr“, sagt sie voller Freude.

Für Hans-Jürgen Braasch ist die Musik immer ein wichtiges Lebenselixier gewesen, auch in traurigen Momenten. Der ehemalige Fachhochschullehrer ist seit 2005 im Ruhestand, hat von 2004 bis 2012 seine Ehefrau gepflegt und als er Witwer war, besuchte er seine über 90-jährige Cousine in einem Rostocker Pflegeheim. „Wir haben gerne zusammen musiziert. Das hat den anderen älteren Menschen so gut gefallen, dass sie einfach mitgemacht haben“, erzählt der Senior. Und dann wollte es der Zufall, dass ihn eine Bekannte, die ehrenamtlich in der Schönberger DRK-Pflegeeinrichtung tätig war, ermunterte, dort einen kleinen Chor zu gründen. „Da habe ich nicht lange überlegt, denn ich hatte gemerkt, wie wichtig Musik im Leben der älteren Menschen ist. Viele haben schon früher im Chor gesungen und gerade für Bewohner, die an Demenz leiden, ist es wichtig, dass das Liedgut so lange wie möglich erhalten bleibt. Es weckt Erinnerungen an schöne Tage“, sagt Hans-Jürgen Braasch.

Dass die Bewohner mit Freude zu den Chorstunden kommen, ist ihnen anzumerken. „Wir haben eine Liedersammlung zusammengetragen, für die jeder Vorschläge machen durfte. Im Laufe der Zeit sind es rund 140 Texte geworden“, erklärt der emsige Chorleiter, der die selbst gebundenen Hefte immer griffbereit hat.

Jede Chorstunde beginnt mit dem Einsingen – meistens fällt die Wahl auf ein Mecklenburger Heimatlied. „Das löst alle Beklemmungen und wir können dann mit den Wunschliedern loslegen. Gerne verknüpfen wir das Singen mit Bewegungen, Mimik und Gestik – jeder macht das, was er kann und sogar die Mitarbeiter machen mit“, meint Hans-Jürgen Braasch, der sich freut, wenn seine Chormitglieder von Lied zu Lied lockerer und fröhlicher werden. Der charmante Sänger gibt nicht nur den Ton an, sondern begeistert zudem mit viel Witz und Heiterkeit. „Ich möchte ihnen so viel Gutes tun, wie möglich. Denn ich weiß, dass viele Bewohner es aufgrund gesundheitlicher Probleme nicht leicht haben. Mit sozialen Kontakten, dem Singen und etwas Bewegung möchte ich dazu beitragen, dass sie sich wohlfühlen“, sagt er in aller Bescheidenheit.

Seine „Oberteichlerchen“ können sich seit vielen Jahren jeden Dienstag auf ihn verlassen – und Hans-Jürgen Braasch weiß, dass seine ehrenamtliche Tätigkeit von allen sehr geschätzt wird. Das zeigt unter anderem der Applaus, den er jedes Mal zur Begrüßung und zum Abschied bekommt. Schön, dass es ihn gibt! ■

Text und Foto: Christine Mevius



BESTMÖGLICHE PATIENTENVERSORGUNG

Erkrankungen der Schilddrüse und Möglichkeiten der Therapie

DR. FÜLKELL, CHEFARTZT DER ALLGEMEIN- UND VISCERALCHIRURGIE
IM DRK-KRANKENHAUS GREVESMÜHLEN, IM INTERVIEW ÜBER MÖGLICHE
ERKRANKUNGEN UND THERAPIEMÖGLICHKEITEN DER SCHILDDRÜSE:

Herr Dr. Fülkell, wie machen sich Erkrankungen an der Schilddrüse bemerkbar und welche gibt es?

Erkrankungen der Schilddrüse machen sich durch Knotenbildungen oder Vergrößerungen des Organs bemerkbar. Schilddrüsenknoten kommen in Deutschland, je nach Untersuchungstechnik, bei 20 bis 50 Prozent der Bevölkerung vor, wobei es eine Zunahme dieser Knotenbildungen gibt. Die Ursache dafür ist, dass durch immer bessere Bildgebung (Ultraschall) immer kleinere Herde entdeckt werden. Neben der knotigen Umwandlung bzw. Vergrößerung der Schilddrüse gibt es auch Erkrankungen der Schilddrüse, die mit Veränderungen in der Hormonproduktion der Schilddrüse einhergehen. Die wichtigsten sind die Schilddrüsenüber- bzw. -unterfunktion.

Woran merke ich, dass meine Schilddrüse krank ist?

Häufig bemerken die Betroffenen durch Veränderungen der Schilddrüsengröße, z.B. tastbare Knoten oder sichtbare

Vorwölbungen am Hals, eine Erkrankung oder Veränderung ihrer Schilddrüse. Eine weitere Möglichkeit sind Allgemeinsymptome, die durch die Überfunktion bzw. Unterfunktion des Organs entstehen.

Welche Wirkung / Bedeutung hat das Schilddrüsenhormon auf meinen Körper?

Die Wirkung der Schilddrüsenhormone auf den menschlichen Körper ist vielgestaltig, wobei es drei hauptsächlich wirksame Schilddrüsenhormone gibt: das Trijodthyronin, das Thyroxin und das Kalzitonin. Die hauptsächlichsten Wirkungen der Schilddrüsenhormone betreffen das Herz-Kreislauf-System, was zur Regulation der Herzfrequenz und des Blutdruckes sowie zur Erweiterung der Blutgefäße führt. Sie wirken auf den Zucker-, Fett- und Bindegewebstoffwechsel, indem sie deren Umsatz steigern, sie steigern die Aktivität von Schweiß- und Talgdrüsen der Haut sowie der Darmmotorik. Insgesamt wird durch die Wirkung der Schilddrüsenhormone der Energieverbrauch und der Grundumsatz des Organismus erhöht. Die Folge davon ist ein Anstieg der Körpertemperatur. Ein wichtiger weiterer Aspekt ist, dass Schilddrüsenhormone das Wachstum Neugeborener regulieren, insbesondere des zentralen Nervensystems sowie von Gehirn und Rückenmark. Man sieht an der Vielzahl der Wirkungsstellen der Schilddrüsenhormone, dass ein komplexes Steuerungs- und Regulationssystem über die Schilddrüsenhormone beeinflusst wird.

Wie diagnostizieren Sie Schilddrüsenerkrankungen?

Zunächst ist – wie bei allen anderen Krankheitsbildern – eine Befragung des Patienten nach seinen Allgemeinsymptomen sowie die körperliche Untersuchung, das Tasten nach Vergrößerungen und Knotenbildungen, Bestandteil der Diagnostik. Darüber hinaus erfolgt die Bestimmung der Hormonwerte im Blut zur Aussage über die Funktion der Schilddrüse und ein Ultraschall zum Nachweis eventueller Knotenbildungen oder Veränderungen und Vergrößerung der Schilddrüse.



Das DRK-Krankenhaus Grevesmühlen gGmbH verfügt über 122 Betten. Insgesamt versorgen 250 Mitarbeiter durchschnittlich 5.100 stationäre und 7.000 ambulante Patienten im Jahr.
Foto: Marion Losse



Jährlich führt Dr. Fülkell (2.v.l.) mit seinem Team bis zu 50 Operationen an der Schilddrüse bzw. Nebenschilddrüse durch. | Foto: Marion Losse

Welche Therapiemöglichkeiten bieten Sie den Patientinnen und Patienten in den DRK-Kliniken?

Die überwiegende Anzahl der Schilddrüsenerkrankungen lässt sich medikamentös behandeln. Ein weitaus geringerer Teil, vornehmlich Knotenbildungen und Vergrößerungen des Organs, die mit mechanischer Beeinträchtigung der Atmung einhergehen, bedürfen einer operativen Behandlung. Dabei geht es heutzutage fast ausschließlich um Knotenbildungen, die den Verdacht auf eine bösartige Veränderung haben. Diese werden nach den entsprechenden medizinischen Leitlinien in unseren Krankenhäusern behandelt. Voraussetzung für die operative Behandlung ist die Benutzung des Neuromonitorings zum Schutz des Stimmbandnervs und der Gebrauch einer Lupenbrille zur Vergrößerung des Sichtfeldes im Operationsgebiet.

Wo melde ich mich, um einen Termin zu vereinbaren und welche Unterlagen muss ich mitbringen?

Die Terminvergabe zur Konsultation bei einer Schilddrüsenerkrankung, die einer operativen Therapie bedarf, erfolgt über die Sekretariate bzw. die Patientenaufnahmen in unseren Ambulanzen. Für eine geplante Schilddrüsenoperation sind aktuelle Laborbefunde der Schilddrüsenhormonwerte, ein HNO-ärztlicher Untersuchungsbefund zum Ausschluss von Stimmerkrankungen sowie ein Sonographiebefund der Schilddrüse erforderlich. Eventuelle zusätzliche Diagnostik wird nach der Untersuchung

und dem Gespräch mit den Patienten veranlasst. Ebenso erfolgt ein ausführliches Gespräch über die geplanten Therapien bzw. Therapieoptionen. ■

Das Interview führte Jana Hameister

Alle Informationen unter:

www.deutsches-schilddruesenzentrum.de

oder: www.drk-kh-mv.de

SCHON GEWUSST?

Als Mitglied des Deutschen Schilddrüsenzentrums® gehören die DRK-Kliniken Mecklenburg-Vorpommerns zu einem Netzwerk von fachübergreifenden Schilddrüsenexperten mit dem Anspruch des ständigen Austausches, Weiterbildung und umfassender Informationsweitergabe an Patienten. Die Mitgliedschaft verpflichtet zur Einhaltung strenger Qualitätsstandards und schafft Rahmenbedingungen für eine bestmögliche Patientenversorgung.



Die Proben eines Arbeitstages – Bianca Hellwig (rechts) und Claudia Michalek sind stolz auf ihre Tagesleistung.

IM DIENST SCHWERKRANKER MENSCHEN

Jeder Tag bringt eine neue Herausforderung

DIE GENESUNG DER PATIENTEN LIEGT BIANCA HELLWIG SEHR AM HERZEN. BESONDERS GERN BESCHÄFTIGT SICH DIE DRK-MITARBEITERIN MIT PROBLEMFÄLLEN, DIE IN ANDEREN LABOREN NICHT GELÖST WERDEN KÖNNEN.

Bianca Hellwig kommt immer fröhlich und vergnügt zu ihrer Arbeit in das DRK-Blutspendeinstitut Rostock. Auch an diesem Montagmorgen strahlt sie Freude aus und hat für alle Mitarbeiter ein freundliches Wort parat, obwohl ihr die Rufbereitschaft am Sonntag einiges abverlangte. Sie hatte nachts ein Spezialpräparat für ein Frühchen hergestellt, mehrere Patientenproben untersucht und dazu passende Blutkonserven ausgetestet.

Die Leitende Medizinisch-technische Assistentin liebt ihre Tätigkeit im Blutgruppenlabor der Transfusionsmedizin. Vor 18 Jahren hatte sie bei ihrer Blutspende davon gehört, dass im Rostocker Institut ganz dringend Mitarbeiter für das Labor gesucht werden. Nach einem kurzen Besuch dort stand für Bianca Hellwig sehr schnell fest: „Gerne möchte ich Teil dieses tollen Teams werden.“ Gesagt, getan! Sie kündigte ihre Arbeit in einem Privatlabor und fing 2002 im DRK-Blutspendeinstitut an, wo sie seit nunmehr acht Jahren das Labor leitet.

Als Chefin von acht Mitarbeiterinnen erledigt sie viele administrative Büroarbeiten, aber ihre Leidenschaft ist die praktische Laborarbeit. „Jeder Tag stellt uns vor neue Herausforderungen, da wir für schwerkranke Menschen arbeiten. Die Patienten in den ambulanten Arztpraxen und den Kliniken in M-V wollen gesund werden. Dazu brauchen sie unsere Unterstützung“, erklärt

Bianca Hellwig. Als Referenzlabor untersuchen die Rostocker Laborantinnen täglich unzählige Proben aus dem gesamten Bundesland. „Da, wo andere Labore an ihre Grenzen stoßen, sind wir auf Problemfälle spezialisiert. Das ist häufig mit Detektivarbeit zu vergleichen, weil die Gründe einiger Unverträglichkeiten nicht immer auf den ersten Blick zu erkennen sind. Aber das macht jede Untersuchung reizvoll und sehr spannend“, sagt sie. Das Schicksal der Patienten geht ihr nahe: „Etwa, wenn Frühchen den Start ins Leben nicht schaffen oder die Patienten mit Leukämie sehr jung sind. Das ist hart, man fühlt mit den Angehörigen und die eigene Endlichkeit wird einem bewusst.“

Umso wichtiger ist ein Ausgleich in der Freizeit, damit Körper und Geist gesund bleiben. Die 45-Jährige läuft gern, fährt, so oft es geht, mit ihrem Mann in ferne Länder, um fremde Kulturen kennenzulernen und ihrem großen Hobby, dem Tauchen, nachzugehen.

Aber ihr allersüßester Quell der Lebensfreude und des Glücks ist die knapp zweijährige Enkelin Palina: „Dieses Kinderlachen und das absolute Vertrauen in die Welt gibt mir so viel Kraft und wärmt mein Herz, da kann ich alle Herausforderungen des Alltags noch besser meistern.“ ■

Text und Foto: Silke Hufen

FREIE FAHRT FÜR RETTUNGSKRÄFTE

Rettungsgasse: So wird's gemacht!

DAS ROTE KREUZ APPELLIERT AN ALLE VERKEHRSTEILNEHMER, MEHR RÜCKSICHT AUF DIE HELFER DES RETTUNGSDIENSTES ZU NEHMEN. LAUT EINER BEFRAGUNG VON RUND HUNDERT RETTUNGSTEAMS SIND NUR IN 15,6 PROZENT DER AUSGEWERTETEN EINSÄTZE SPONTAN RETTUNGSGASSEN GEBILDET WORDEN.

Wenn sich die Rettungsteams durch dichten Verkehr und Staus kämpfen müssen, stellen sie häufig fest, dass die Rettungsgasse nicht richtig funktioniert. Nach Auskunft der befragten Helfer würden in rund 35 Prozent der Einsätze viele Verkehrsteilnehmer den Rettungsweg erst nach Aufforderung durch ein Sondersignal freimachen. „Hier geht wertvolle Zeit verloren, weil der Zugang zur Unfallstelle blockiert wird“, sagte DRK-Präsidentin Gerda Hasselfeldt und äußerte gleichzeitig ihre Besorgnis darüber, „dass vor allem bei Verkehrsunfällen die Rettungskräfte oftmals von Schaulustigen behindert oder beleidigt werden.“ Berichte darüber würden sich häufen und den Respekt gegenüber Unfallopfern und Helfern vermissen lassen.

„Bei solchen Einsätzen nach einem Notruf kommt es oft auf jede Minute und Sekunde an. Wer hier Rettungskräfte behindert, gefährdet das Leben anderer Menschen. Er sollte sich fragen, ob er nicht selbst einmal in eine lebensbedrohliche Situation kommen könnte, in der er dringend auf rasche Hilfe angewiesen ist“, sagte Gerda Hasselfeldt.

Wer den Rettungsweg blockiert, muss übrigens laut Gesetz mit saftigen Strafen rechnen. Das kann bis zu 320 Euro plus Fahrverbot kosten. Der bessere Weg ist allerdings, dass sich jeder Verkehrsteilnehmer damit beschäftigt, wie eine Rettungsgasse richtig gebildet wird. Denn damit hilft er den Einsatzkräften, im Notfall schneller an ihr Ziel zu gelangen und Menschenleben zu retten. Auf der nebenstehenden Abbildung ist kurz zusammengefasst, wie man sich richtig verhält. ■

Text: Christine Mevius | Quellen: DRK und ADAC

5 Tipps: So verhalten Sie sich in der Rettungsgasse richtig

Die Rettungsgasse ist immer zwischen der ganz linken und den verbleibenden Spuren zu bilden.



Trotz Rettungsgasse dürfen die äußeren Fahrbahnbegrenzungen und der Standstreifen nicht befahren werden.



Die Rettungsgasse darf nur von Rettungsfahrzeugen befahren werden.



Die Rettungsgasse muss nach dem Durchfahren der Blaulichtfahrzeuge bis zum Auflösen des Staus offen bleiben.



In einer Rettungsgasse und während eines Staus darf das Fahrzeug niemals verlassen werden.



= falsches Verhalten im Stau

ADAC

© Grafik Kerstin Lünzner, 26.07.2017 ADAC Städtelern e.V.



Die Tovertafeln bringen Freude und Aktion. | Quelle: Tovertafel.de

UMBAU UND NEUE PROJEKTE IN PLANUNG

Sternberger DRK Seniorenzentrum rüstet sich für die Zukunft

DAS SENIORENZENTRUM STERNBERG HAT GERADE SEIN 25-JÄHRIGES BESTEHEN GEFEIERT. STATT ZURÜCK WIRD NACH VORN GESCHAUT: DER BEREICH PFLEGE UND SENIOREN SOLL STRATEGISCH UND BEDARFSGERECHT AUSGEBAUT WERDEN.

Bunte Schmetterlinge „fliegen“ über den Tisch. Sie regen die Menschen, die hier sitzen, an, Spaß zu haben und sich zu bewegen. Denn wer seine Hand den farbenfrohen Faltern hinterherschickt, lässt die bunten Insekten weiter ihre Runden drehen. So genannte Tovertafeln machen das möglich. Sie wurden unlängst unter anderem für den vollstationären Bereich der Sternberger Pflegeeinrichtungen angeschafft. „Die interaktiven Lichtprojektionen rufen positive Impulse hervor. Sie durchbrechen die fortschreitende Passivität, die infolge demenzieller Erkrankungen oder Alzheimer unsere Bewohner belastet. Visuelle Anreize in spielerischer Form stimulieren und rufen schöne Momente in Erinnerung, die sonst immer mehr verblassen. Die über den Tisch gleitenden Bilder fördern die kognitiven Fähigkeiten und bringen die Senioren in Bewegung“, erklärt Alexander Plass. Der Geschäftsbereichsleiter Pflege und Senioren und Einrichtungsleiter in Sternberg ist sehr froh über die Idee der Pflegedienstleitung des Seniorenzentrums, Lisa Klünder-Fittke. Denn diese bringt einen hohen Zugewinn an Aktivität für die Bewohner, der von den Tovertafeln ausgeht.

Zusammen mit den engagierten Mitarbeitenden schmiedet Alexander Plass bereits weitere Zukunftspläne. „Das Prinzip der offenen Tür soll in unserem Haus weiterhin leben und noch stärker ausgebaut werden. Wir wollen den Bereich Pflege und Senioren strategisch und bedarfsgerecht ausbauen.“ Das heißt konkret, dass durch eine Erweiterung die Kapazität der Tagespflege vergrößert wird. Darüber hinaus besteht die Aufgabe, Investitionen in Bau, Technik und Werterhaltung zu tätigen.

„Angedachte Veränderungen wirken sich immer direkt und unmittelbar auf die Pflege aus. Wir begegnen diesen Herausforderungen mit einer großen Portion Optimismus, um für die uns anvertrauten hilfebedürftigen Menschen sowie alle Ratsuchenden das Beste herauszuholen.“ Ein ausgesprochen hohes Maß an Qualität wollen die Mitarbeitenden der DRK-Pflegeeinrichtung beispielsweise durch spezialisierte Angebote für besondere Bedarfe ermöglichen. Dazu zählen Offerten mit pflegefachlichem Schwerpunkt zum Beispiel bei der palliativen, intensiven und/oder psychosozialen Begleitung der Bewohnerinnen und Bewohner. ■

Text: Barbara Arndt

FORT- UND WEITERBILDUNG

Start frei für neues Weiterbildungsformat

DAS DRK-BILDUNGSZENTRUM TETEROW HÄLT FÜR FACHKRÄFTE, DIE SICH WEITERBILDEN MÖCHTEN, ZAHLREICHE INTERESSANTE ANGEBOTE BEREIT. AM 3. SEPTEMBER GEHT EIN GANZ NEUER KURS AN DEN START.

Wenn es um die Fort- und Weiterbildung von Führungskräften geht, findet man im Bildungszentrum Teterow kompetente Ansprechpartner. Ob ein- oder mehrtägige Seminare, Fachtage, Konferenzen oder längerfristige Weiterbildungen – an der Bildungseinrichtung sind in diesem Bereich zahlreiche Formate entwickelt und erfolgreich umgesetzt worden. „Dazu gehören unter anderem Weiterbildungen zur verantwortlichen Pflegekraft, zum Fachwirt im Sozial- und Gesundheitswesen, zum Einrichtungsleiter in der Sozialwirtschaft oder von Kindertageseinrichtungen“, erklärt Bildungsmanagerin Isa Rahn. Das DRK-Bildungszentrum ist stets bemüht, den aktuellen Bedürfnissen unterschiedlichster Einrichtungen zu entsprechen. Denn es ist immer die Nachfrage, die auch in diesem Bereich den Erfolg der einzelnen Maßnahmen bestimmt. Den Puls der

»Sobald jemand in einer Sache Meister geworden ist, sollte er in einer neuen Sache Schüler werden.«

Gerhart Hauptmann

Zeit zu fühlen und auf marktwirtschaftliche Erfordernisse zu reagieren wird immer wichtiger.

Aus diesem Grund beschäftigt sich die Bildungsmanagerin mit der Anregung von Pflegedienstleitern der DRK-Krankenhäuser in Mecklenburg-Vorpommern, eine Weiterbildung im Pflegemanagement zu etablieren, die es den Teilnehmern gestattet, anschließend eine Station oder einen Bereich zu leiten. Möglichkeiten für eine solche Qualifikation gab es bisher nur in anderen Bundesländern.

„Dieses Angebot zu entwickeln, war schon eine Herausforderung, denn es musste auch den Vorgaben der Deutschen Krankenhausgesellschaft (DKG) entsprechen. Zuerst haben wir geprüft, ob wir die erforderlichen Qualifikationen für die Leitung und Durchführung der Weiterbildungsmaßnahme haben und alle anderen Anforderungen erfüllen. Dann konnten wir den Antrag mit einem entsprechenden Konzept bei der DKG ein-



reichen“, schildert Isa Rahn das Prozedere. Nach eingehender Prüfung erhielt das DRK-Bildungszentrum Teterow zum 1. April 2019 die Anerkennung für diese Weiterbildung.

Jetzt startet das neue Weiterbildungsformat am 3. September wunschgemäß quasi vor der eigenen Haustür, was Zeit und Kosten spart. Isa Rahn freut sich nun auf zahlreiche Anmeldungen, denn Mitarbeiter, die bereit und in der Lage sind, Leitungs- und Führungsaufgaben zu übernehmen, werden nicht nur in Krankenhäusern, sondern ebenso in stationären und ambulanten Pflegeeinrichtungen dringend gebraucht. ■

Text: Christine Mevius

Der erste Kurs läuft vom 3.9.2019 bis 26.2.2021, Anmeldungen sind bis zum 4.8.2019 möglich.

Weitere Informationen, u. a. zu Zugangsvoraussetzungen und Fördermöglichkeiten, unter: www.drk-bz.de

HILFE FÜR PSYCHISCH KRANKE MENSCHEN

Neustart hat viel Kraft gekostet

SEIT ÜBER ZWEI JAHREN BETREIBT EINE TOCHTERGESELLSCHAFT
DES DRK-LANDESVERBANDES EINRICHTUNGEN FÜR MENSCHEN
MIT PSYCHISCHEN ERKRANKUNGEN.

Am 1. November 2016 hatte die DRK Soziale Betreuungsdienste Mecklenburg-Vorpommern gGmbH die Betriebsführung des ehemaligen Vereins „Die Insel“ übernommen. Grund dafür war ein Hilfeersuchen, das der Vorstand an den DRK-Landesverband gerichtet hatte. Für die Mitarbeiter kam das damals allerdings sehr überraschend und brachte nicht nur organisatorische Probleme mit sich.

„Wir hatten keine Ahnung, dass es um den Verein wirtschaftlich nicht gut stand. Für die meisten kamen die Veränderungen wie ein Blitz aus heiterem Himmel“, sagt Anja Griese, die damals dort gerade ein Praktikum im Rahmen ihrer Umschulung zur Kauffrau im Gesundheitswesen absolvierte, und fügt hinzu: „Aber ich hatte von Anfang an Vertrauen in das DRK und habe alle Mitarbeiter an einen Tisch geholt, um mit ihnen über die Chancen des Neuanfangs zu sprechen.“ Einige waren anfangs skeptisch, andere sind gegangen, Anja Griese ist geblieben und wurde Assistentin der Geschäftsführung. „Ich wusste, dass wir nur erfolgreich sein können, wenn alle gemeinsam in eine Richtung gehen. Darum

habe ich immer wieder Einzel- und Gruppengespräche geführt. Manche Dinge bereiteten mir Kopfzerbrechen und auch etliche schlaflose Nächte“, erinnert sich die engagierte junge Frau an den Neustart.

Auf Geschäftsführer Thilo Rau und sein Team warteten unzählige Aufgaben und

jeder Tag hielt eine neue Herausforderung bereit. In erster Linie ging es darum, die über 200 Betreuungsplätze für Menschen mit psychischen Erkrankungen sowie rund 70 Arbeitsplätze zu erhalten und neue Mitarbeiter zu gewinnen. Ebenso mussten Qualitäts- und Hygienemanagement etabliert und Leistungsangebote entsprechend der Bedürfnisse erweitert bzw. neu entwickelt werden. Es standen Mitarbeiterqualifizierungen an, Fuhrpark und Computertechnik wurden komplett erneuert sowie Arbeits- und Brandschutzmaßnahmen in allen Einrichtungen auf den neuesten Stand gebracht. „Das war nicht einfach, aber nun sind wir wohl auf dem richtigen Weg“, hofft Anja Griese. Die Mitarbeiter haben mehr Verantwortung übernommen und neue Konzepte erarbeitet, eine Zukunftsgruppe beschäftigt sich mit der Qualitätsentwicklung.

Die 39-Jährige ist heute Geschäftsstellenleiterin und steht voll hinter dem, was sie tut: „Ich finde es nicht nur wichtig, dass es unsere Einrichtungen gibt, sondern sehe darin vor allem großes Hilfspotenzial für Menschen, denen es nicht gut geht, weil sie psychische und gesundheitliche Probleme haben. Wir fangen diejenigen auf, die ansonsten auf der Straße leben und von der Gesellschaft nicht akzeptiert würden. Wir geben ihnen ein Zuhause, Sicherheit und Geborgenheit. Das ist für mich die schönste Aufgabe, die ich mir vorstellen kann.“ Die täglichen Herausforderungen werden nicht weniger, aber ihr großes Herz für andere Menschen und die Hilfsorganisation, für die Anja Griese nun arbeitet, wird dadurch kein bisschen kleiner. ■

Text und Foto: Christine Mevius



„Dienst nach Vorschrift ist nicht mein Ding. Ich nehme mir auch gerne Zeit für Gespräche mit den Klienten“, sagt Anja Griese.
Foto: Helmut Wachtel



v.l.: Marco Drews, ARA-Direktor Kingsley Nii-Addy, ARA-Projektkoordinator Henry Yanney und Stefan Beutel vor dem ARA-Seminarhaus in Accra. | Foto: ARA



www.drk-freiwillig-mv.de und
www.facebook.com/globalmv

Zu Besuch bei Partnern in Ghana

SEIT 2008 ENTSENDET DAS DRK MECKLENBURG-VORPOMMERN JÄHRLICH AUSLANDSFREIWILLIGE NACH GHANA. DORT ENGAGIEREN SIE SICH MEIST FÜR EIN JAHR IN SOZIALEN PROJEKTEN WIE SCHULEN, WAISENHEIMEN ODER KRANKENHÄUSERN.

Im ersten Jahr waren es noch sieben Freiwillige, zwischenzeitlich wurden bis zu 35 Teilnehmer/innen entsendet. Im Jahrgang 2018/19, welcher im September 2018 begann, engagieren sich sechzehn Freiwillige aus ganz Deutschland in diesem westafrikanischen Land. Kooperationen bestehen neben einer NGO auch mit dem Ghanaischen Roten Kreuz.

Ghana ist für die DRK Soziale Freiwilligendienste gGmbH eines der Haupteinsatzländer. Zur Qualitätssicherung findet deshalb fast jährlich ein Besuch des Trägers statt – so auch im März 2019. Weltwärts-Projektleiter Marco Drews und Stefan Beutel, Geschäftsführer der DRK Soziale Freiwilligendienste, konsultierten gemeinsam für drei Tage beide Partnerorganisationen. Im Anschluss daran besuchte Marco Drews eine Woche lang Freiwillige, Einsatzprojekte und Gastfamilien.

In diesem Jahrgang sind fünfzehn Freiwillige über die Trägerorganisation „Agriculture Rural Association (ARA)“ überwiegend in Schulen und Krankenhäusern im Einsatz. Nur eine Teilnehmerin unterstützt in diesem Jahr die Erste-Hilfe-Arbeit des Ghanaischen Roten Kreuzes. Die ganze Gruppe wurde über den entwicklungspolitischen Freiwilligendienst „weltwärts“ entsendet. Weltwärts ist ein vom Bund gefördertes Freiwilligendienstformat, welches die Stellung von Unterkunft, Verpflegung, Taschengeld und Versicherung vorschreibt. Zusätzlich beinhaltet es Flugkosten, pädagogische Betreuung sowie kostenfreie Begleitseminare für die Teilnehmer/innen.

Die ghanaischen Partner waren sehr dankbar für diesen Besuch. Der ARA-Direktor Kingsley Nii-Addy sagte: „Unsere Kooperation

besteht seit vielen Jahren und wurde immer stabiler. Es ist gut, dann auch über neue Wege der Zusammenarbeit zu sprechen!“ ARA bietet neben der Freiwilligendienstbetreuung auch einmonatige Workcamps an. Das Treffen in diesem Frühjahr diente zudem dazu, diese Einsatzmöglichkeiten auszuloten.

Neben der Aufnahme deutscher Freiwilliger möchte das Ghanaische Rote Kreuz auch junge Menschen für einen Freiwilligendienst nach Deutschland entsenden. „Wir arbeiten in Ghana mit vielen Volontären zusammen. Das sind unsere zukünftigen Mitarbeiter/innen und wir möchten ihnen ein einjähriges Engagement in Deutschland ermöglichen“, so Ernest Nyame-Annan, Freiwilligenkoordinator des Ghanaischen Roten Kreuzes. Die DRK Soziale Freiwilligendienste gGmbH organisiert bereits ein entsprechendes „Incoming“-Programm. Ghana kommt somit als weiteres Süd-Nord-Partnerland hinzu.

Der Besuch des Einsatzlandes ist ein wichtiger Baustein der Qualitätssicherung. Neben Partnertreffen und Projektbesuchen besteht die Möglichkeit, mit Freiwilligen vor Ort persönlich ein Zwischenresümee zu ziehen. Während des Einsatzjahres senden diese dem DRK alle drei Monate einen Statusbericht und nehmen nach sechs Monaten an einer Befragung teil. Diese Rückmeldungen sprachen bereits für einen erfolgreichen Jahrgang. Marco Drews konnte während seines Aufenthalts die meisten Freiwilligen persönlich treffen. Einige begleitete er auf die Arbeitsstellen oder traf sie in ihren Gastfamilien. Fazit: Der nächsten Entsendung im September 2019 steht nichts entgegen. ■

Text: Stefan Beutel

MENSCHEN, DIE AKTIV HELFEN

DAS ROTE KREUZ SAGT **DANKE**



JOCHEN BRAUN (64) hat sich den Übergang vom Berufsleben in den (Un-)Ruhestand genau so vorgestellt. Als er vor einigen Monaten den Job an den Nagel hängte, wechselte er unmittelbar in die nächste „Berufung“: Er ist Vorlesepate und Betreuer einer Sportgruppe in der Kita sowie ehrenamtlicher Koordinator des DRK-Projektes „Wunschgroßeltern“.

„Menschen zu begeistern, mit Kindern tolle Erlebnisse zu teilen und sie am eigenen Erfahrungsschatz teilhaben zu lassen – das sind erfüllende Momente für alle, die sich bei den flotten Omas und Opas einbringen wollen. Auch mal zu erklären, wie das mit der Multiplikation klappt, damit die Kinder in der Schule glänzen, hält die grauen Zellen fit. Dafür engagiere ich mich gern“, sagt der Parchimer. ■

Text: Barbara Arndt | Foto: SVZ / Parchimer Zeitung



RENATE KÜHN (77) hat in ihrem Leben schon viel erlebt und sich den Ruhestand redlich verdient. Doch von Ruhe will die rüstige Malchowerin noch lange nichts hören. „Mir geht es sehr gut und ich will noch etwas Sinnvolles tun“, so die Seniorin. Schließlich ist für die ehemalige Krankenschwester der Beruf eine Berufung und so engagiert sie sich seit vier Jahren ehrenamtlich in der DRK Tagespflege in Malchow. In der teilstationären Pflegeeinrichtung gilt sie als gute Fee. „Ich mache eigentlich alles, was in der Hauswirtschaft anfällt“, erklärt Renate Kühn. Auch Gespräche, Spiele und Spaziergänge mit der Seniorengruppe unternimmt sie sehr gern. Der DRK Kreisverband Mecklenburgische Seenplatte sagt im Namen der Senioren und Mitarbeiter danke für dieses tolle Engagement. ■

Text und Foto: Stephan Radtke



TORSTEN HASENBEIN (55) ist seit November 2013 ehrenamtlich in der Medical Task Forces tätig. Als Kraftfahrer auf dem Gerätewagen „Sanität“ bringt er sein technisches Verständnis und Interesse in diese Tätigkeit ein. Er sorgt sich vorbildlich um die

Fahrzeuge, kontrolliert und bearbeitet die Bestückungslisten. Seine überaus engagierte Mitarbeit wird von den Kameraden sehr geschätzt. Auch in der Flüchtlingshilfe und bei besonderen Aktionen des Kreisverbandes, z.B. beim Umzug einer Kita in die neu erbaute Einrichtung oder bei der Logistik zum Einrichten eines DRK-Standes bei Stadtfesten, ist der Familienvater und Opa dabei und schaut auch nicht auf die Uhr, wenn es einmal länger dauert. Der Kreisverband Nordwestmecklenburg e.V. sagt danke für die kameradschaftliche Zusammenarbeit und das persönliche Engagement. ■

Text: Yvonne Zierow | Foto: Annette Broose

HILDEGUND GÖRS (54) bringt sich seit 2004 mit sehr viel Engagement und Leidenschaft im Katastrophenschutz des DRK-Kreisverbandes Ostvorpommern-Greifswald ein. Die Wolgasterin, die von allen liebevoll „Gundi“ genannt wird, ist im Betreuungszug in der sozialen Betreuung und der Verpflegung aktiv. 2006 hat sie zusätzlich sämtliche sanitätsdienstliche Ausbildungen absolviert. „Gundi ist in den Jahren zu einer beständigen Größe geworden, mit der bei unseren Absicherungen und Verpflegungseinsätzen fest gerechnet werden kann. In über 16 Jahren der Mitgliedschaft leistet sie jährlich mehr als 100 ehrenamtliche Stunden. Dafür danken wir ihr ganz herzlich“, sagt Kreisbereitschaftsleiterin Martina Sauck. ■

Text: Franziska Krause

Foto: Martina Sauck



14. DRK ZWEI-RAD-TOUR UM DIE MÜRITZ

15. Juni 2019
START: 11.00 UHR | BOEK
SPIELPLATZ GEGENÜBER VOM GUTSHAUS



**Kilometergeld sammeln
für den guten Zweck!**



DRK Kreisverband Mecklenburgische Seenplatte e.V. · Informationen: Tel. 03981 28710 · www.drk-msp.de

Rätsel

Sechs Zelte werden auf einem Zeltplatz aufgebaut: **1.** Jedes Zelt soll dabei direkt waagrecht oder senkrecht neben einem Baum platziert werden. **2.** In jeder Zeile und Spalte gibt es genauso viele Zelte, wie die Zahl am Rand vorgibt. **3.** Kein Zelt steht direkt (waagrecht, senkrecht oder diagonal) neben einem anderen Zelt.

Wie ist der Zeltplatz belegt?

▲				▲	0
			▲		3
					0
			▲	▲	2
▲					1
2	0	2	0	2	

Auflösung des Geheimschrift-Rätsels aus dem Magazin 1|2019:

NIEMAND WEISS, WAS ER KANN, BIS ER ES PROBIERT HAT.

**Alle Ausgaben des
Rotkreuzmagazins
extra.stark! online unter:
www.drkextrastark.de**

Herausgeber

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

Redaktion

Verantwortlich: Burkhard Päsche (V.i.S.d.P),
Christine Mevius (Leitende Redakteurin),
DRK Kreisverbände

Redaktionsanschrift

Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Rostock e.V.
Trelleborger Straße 11, 18107 Rostock
Telefon: 0381 / 24 27 9-0
Fax: 0381 / 24 27 9-9100
E-Mail: info@drk-rostock.de

Auflage

25.000 Exemplare

Titelfoto

Christiana Müller, DRK-Rettungshundestaffel
Ostvorpommern-Greifswald.
Foto: Franziska Krause

Verlag / Anzeigen

rügendruck gmbh
Circus 13, 18581 Putbus
Telefon: 03 83 01 / 8 06 10
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 10
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.

Danke Julia,

dass Du Blutspenden im Herzen und die App in der Tasche trägst.



Erfahre, wann Du wieder spenden kannst



Dein persönliches Blutspendeprofil



Finde Deinen idealen Spendeort

Hol Dir die Blutspende-App!
www.spenderservice.net



SCHENKE LEBEN, SPENDE BLUT.

SPENDE
BLUT 
BEIM ROTEN KREUZ