



rotkreuz

Nachrichten

Ausgabe März 2019



UNSERE THEMEN

- **Kreisverband Schleswig-Flensburg e. V. mit neuer Adresse**
- **Lehrgänge für Pflegehelfer**
- **Altenpflegepreis Schleswig-Holstein**
- **DRK-Landesversammlung 2018**
- **Rezept: Gnocchi-Pfanne mit Lachs**

Liebe Rotkreuz-Mitglieder,

nun hat das neue Jahr schon volle Fahrt aufgenommen. Auch in Ihrem DRK-Kreisverband Schleswig-Flensburg e.V. haben wir die ersten drei Monate genutzt, um wichtige Projekte voranzutreiben – unter anderem diesen neuen Mitgliederbrief, den Sie in den Händen halten.

Unsere Mitglieder regelmäßig zu informieren, empfinden wir nicht nur als Pflicht, sondern es ist unser Herzenswunsch. Zeitgemäß und ressourcenfreundlich werden wir Sie deshalb ab jetzt regelmäßig mit den digitalen rotkreuzNachrichten über unsere Arbeit und Neuigkeiten informieren.

In unserer ersten Ausgabe blicken wir zurück auf den Umzug in das neue Verwaltungs- und Ausbildungszentrum im Schleswiger Gewerbegebiet St. Jürgen. Außerdem informieren wir Sie über die

aktuellen Termine für die diesjährigen Lehrgänge zum „Helfer in der Pflege“ sowie die Aktivitäten des DRK-Landesverbands.



Herzliche Grüße, Ihr

Kai Schmidt
Kreisgeschäftsführer



Der Neubau in der Lise-Meitner-Straße 9 im Gewerbegebiet St. Jürgen wurde im Dezember bezogen.

DRK-Kreisverband ist umgezogen

Seit Ende 2018 befinden sich die Verwaltungs- und Ausbildungsräume unter einem Dach.

Ende November 2018 war es so weit: Der DRK-Kreisverband Schleswig-Flensburg e.V. bezog seine neuen Räumlichkeiten im Gewerbegebiet St. Jürgen in Schleswig. In dem 1050 Quadratmeter großen Neubau finden nicht nur die 30 Mitarbeiter der Verwaltung einen Platz, sondern auch die Beratungsstellen sowie das Ausbildungszentrum. „Wir haben hier jetzt alles unter einem Dach und es ist noch genug Platz, um eines Tages erweitern zu können“, freut sich Kreisgeschäftsführer Kai Schmidt. Darüber hinaus bietet das 8000 Quadratmeter große Grundstück, das sich in direkter Nachbarschaft zur DRK-Rettungswache befindet, ebenso Platz für ausreichend Parkplätze sowie für Übungen des Bereitschaftsdiensts zum Katastrophenschutz.

In dem zweigeschossigen Klinkerbau sind neben Büros auch mehrere Küchen, Sozial-, Beratungs- und Schulungsräume untergebracht. Letztere können nicht nur von den rund 9000 Mitgliedern der 58 DRK-Ortsvereine im Kreis genutzt, sondern auch von anderen Organisationen angemietet werden. Vor dem Umzug befand sich der DRK-Kreisverband, der in Kindergärten, Ret-

tungswachen, Pflegezentren rund 700 hauptamtliche Mitarbeiter beschäftigt, im Haus der ehemaligen Stadtparkasse. Mit den Jahren wurden die im Stadtweg angemieteten Räume mit einer Größe von rund 700 Quadratmetern allerdings zu klein. „Da saßen unsere Mitarbeiter teilweise zu dritt in den kleinen Büros. Es wurde wirklich Zeit, dass wir eine Lösung finden“, fährt der Geschäftsführer fort. Verschiedene Bereiche, wie die sozialpädagogische Familienhilfe, mussten aus Platzmangel ausgelagert werden.

Im Sommer 2017 wurde diese Lösung mit dem ersten Spatenstich für das neue Verwaltungs- und Ausbildungszentrum auf den Weg gebracht. Die Bauarbeiten, für die vorrangig Firmen aus der Region berücksichtigt wurden, waren bis Ende 2018 abgeschlossen. Nach dem Aufbau der Möbel und dem Auspacken der Umzugskartons begann am 2. Dezember die Arbeit im neuen Gebäude, das hell ist und funktional ausgestattet.

„Es ist wichtig, dass wir in unsere Zukunft investieren. Nun sind wir gut aufgestellt“, meint der Vorsitzende Harald Krabbenhöft.

Dies gelte auch für den Fall, dass das DRK weitere Aufgaben übernehmen sollte. Zu den Themen, die künftig immer wichtiger werden, zählen zum Beispiel die ambulante Pflege, Betreuungsdienste oder die ärztliche Versorgung auf dem Land.

Nicht von dem Umzug betroffen ist der DRK-Blutspendedienst, der ebenso wie der DRK-Ortsverein Schleswig weiterhin in seinen Räumen am Schwarzen Weg beheimatet ist.

Der DRK-Kreisverband Schleswig-Flensburg e.V. ist ab sofort unter der folgenden Adresse zu finden:

**DRK-Kreisverband Schleswig-Flensburg e.V.
Verwaltungs- und Ausbildungszentrum
Lise-Meitner-Straße 9
24837 Schleswig**

Die Telefonnummer bleibt bei 04621/819-0. Weitere Informationen finden Sie auch im Internet unter www.drk-sl-fl.de.

Freie Plätze beim Kurs „Helfer in der Pflege“

Der achtwöchiger Lehrgang beginnt am 6. März im Pflegezentrum Fahrdorf. Weitere Termine sind geplant.

In Pflegeeinrichtungen und der Hauspflege werden sie dringend gebraucht: Helfer in der Pflege („HiP“), die examinierte Pflegekräfte unterstützen oder Angehörige entlasten. Vom 6. März bis 2. Mai bietet der DRK-Kreisverband im Pflegezentrum Fahrdorf einen achtwöchigen Lehrgang an, für den sich Interessenten noch kurzfristig anmelden können. Im Anschluss finden weitere Termine im gesamten Kreisgebiet statt. Dozentin ist die Krankenschwester und Psychotherapeutin Nadin Mikeska.

Der Kurs vermittelt Wissen zu Grundpflege, Pflegedokumentation, Krankheiten im Alter, Erste Hilfe und dem respektvollen Umgang mit Menschen. Die 125 Theoriestunden finden Montag bis Freitag von jeweils 8 bis 13 Uhr statt. Es folgt ein 154 Stunden umfassendes Praktikum in einer Pflegeeinrichtung, das in Teilzeit absolviert werden kann.

„Pflegehelfer haben direkt die Chance, einen sicheren Arbeitsplatz zu bekommen“, sagt Nadin Mikeska, die im DRK-Pflegezentrum „Rosengoorn“ in Handewitt den ersten „HiP“-Kurs des Jahres geleitet hat. Unter den zwölf Teilnehmern habe sich eine positive Gruppendynamik entwickelt, meint Frauke Pauls-Johmann: „Wir unterstützen uns gegenseitig.“

Die Söruperin ist ein Beispiel dafür, dass die Fortbildung auch für Quereinsteiger geeignet ist: Sie habe als Taxifahrerin gearbeitet, in einer Bäckerei – und nun bei einem ambulanten Pflegedienst. „Das ist genau das Richtige für mich“, erklärt sie. Nun eigne sie sich beim „HiP“-Kurs das nötige Wissen an.

Die Teilnehmer sollten Freude am Umgang mit Menschen sowie an Teamarbeit haben und Wert auf Sorgfalt legen. Wichtig ist auch ein Einfühlungsvermögen für Lebensgeschichten und individuelle Gewohnheiten. Das Mindestalter beträgt 17 Jahre. Deutschkenntnisse sollten in Wort und Schrift vorhanden sein. Damit Sprachbarrieren oder unterschiedliche Wissensstände nicht zum Problem werden, „erläutere ich alles an Hand prak-



Dozentin Nadin Mikeska (2. v.l.) mit den Kursteilnehmerinnen Ammoun Sabah (v.l.), Yaneth Blanco und Frauke Pauls-Johmann.

tischer Beispiele“, so die Dozentin. „Sie ist geduldig und kann gut erklären“, bestätigt Kursteilnehmerin Yaneth Blanco, die aus Kolumbien stammt. Die Kosten des Kurses betragen 653,75 Euro, wobei eine Abrechnung über den Bildungsgutschein der Agentur für Arbeit oder dem Jobcenter möglich ist. In diesem Fall ist vorab ein zweiwöchiges Praktikum erforderlich. Fragen und Anmeldungen nimmt Katrin Pautsch vom DRK-Kreisverband unter der Telefonnummer 04621/8190 oder per E-Mail an info@drk-sl-fl.de entgegen.

Termine für weitere „HiP“-Kurse: 8. Mai bis 5. Juli in Satrup; 10. Juli bis 4. September in Erfde; 11. September bis 7. November in Glücksburg; 16. Oktober bis 12. Dezember in Schleswig.

Kita in Kleinjörll spendet 300 Euro an DRK-Kinderhilfsfonds

Das Spendengeld stammt aus dem Verkauf von Kuchen und Basteleien bei der Adventsfeier

Seit 2012 unterstützt der DRK-Kinderhilfsfonds bedürftige Kinder im Kreis Schleswig-Flensburg bei der Teilhabe am kulturellen Leben und der Anschaffung von Bekleidung oder Schulbe-

darf. Neben Eigenmitteln sind dafür Spenden nötig. Daher freute sich DRK-Kreisgeschäftsführer Kai Schmidt sehr, als er von Jessica Sauer und ihren Kolleginnen und Kollegen von der Kita „Bunte Welt“ in Kleinjörll eine Spende über 300 Euro für den Fonds entgegennehmen konnte.

Das Geld stammte von der Weihnachtsfeier der Kita, die erstmals mit einer Spendensammlung verbunden wurde. Da sie gezielt Kindern vor der eigenen Haustür helfen wollten, gingen die Einnahmen an den Kinderhilfsfonds, den sie bei der Internetrecherche gefunden habe, sagte Kita-Leiterin Jessica Sauer: „Ich kannte ihn vorher gar nicht.“ Um den Fonds bekannter zu machen, wurde auf der Feier über das Angebot informiert.

Die 72 Kita-Kinder im Alter von einem bis sechs Jahren hatten Marmelade gekocht, Weihnachtsbaumkugeln verschönert sowie Betonengel gebackt, die ebenso wie die selbstgebackenen Kuchen der Eltern gegen eine Spende abgegeben wurden.

„Der Kassensturz ergab am Ende 280 Euro“, sagte Jessica Sauer, die die Summe mit ihrem Kollegium auf 300 Euro aufrundete. Kai Schmidt dankte den Erzieherinnen und Kindern für die Spende: „Sie wird bedürftigen Mädchen und Jungen vor Ort helfen.“



Das Kita-Team um Leiterin Jessica Sauer (hinten, 3. v.l.) mit DRK-Kreisgeschäftsführer Kai Schmidt (Mitte) und Jörlls zweitem Bürgermeister Ismael Bruhn.



v.l.n.r.: Oberin Maria Lüdeke, Heike Johansen, Sabine Esel, Inge Krüger, Vanessa Naumann, Corinna Fiedler (DRK-Schwesterenschaft Elsa Brändström e.V.); Anette Langner (Vorstand (Sprecherin) DRK-Landesverband Schleswig-Holstein e.V.)

Das DRK beim Altenpflegepreis Schleswig-Holstein 2019

Am 07.12.2018 wurde im Landeshaus der Altenpflegepreis 2018 unter anderem an ein Projekt des DRK vergeben. Zu der zweieinhalbstündigen Veranstaltung begrüßte Sozialminister Dr. Heiner Garg. Danach sprach Anette Langner, Vorstand des DRK-Landesverbands Schleswig-Holstein, für das Forum Pflegegesellschaft ein Grußwort. Beide kamen vor den über 100 Besuchern der Veranstaltung auf den Mangel an ausgebildeten Pflegerinnen und Pflegern und die dadurch entstehende Arbeitsverdichtung in der Pflege zu sprechen. Dass trotzdem 19 innovative Projekte eingereicht worden sind, mit denen sich verschiedene Gruppen um den Altenpflegepreis 2018 bewarben, wurde jeweils hervorgehoben.

Auf der Veranstaltung wurden zehn preiswürdige Projekte in je fünfminütigen Vorträgen präsentiert.

Auch die DRK-Schwesterenschaft Elsa Brändström e.V. aus Flensburg war mit ihrem Projekt unter den Preisträgern.

Der vieldeutige Projekttitel lautete hier: „Zusammen wachsen“. Um das Leben im Betreuten Wohnen der Schwesterenschaft vielseitiger zu gestalten, wurde mit den Bewohnerinnen, Bewohnern und Kindern aus der erweiterten Nachbarschaft ein kleiner Garten bewirtschaftet. Gewachsen sind dabei nicht nur Küchenkräuter, sondern zusammengewachsen sind auch alle am Projekt Beteiligten.

Die Projektteilnehmer gewannen verblüffende neue Erkenntnisse, wie Vanessa Nauenburg von der DRK-Schwesterenschaft in ihrem Vortrag mit einem Augenzwinkern berichtete: Schnell wachsender Salat wächst nicht unbedingt schnell, aus Kresse kann

man kein ganzes Gericht zubereiten und ausbleibender Regen -wie im Sommer 2018- kann den Gärtner an einen Strich durch die Rechnung machen. Aber im Ernst: Alle Bewohner des betreuten Wohnens, auch die mit einer Demenzerkrankung, hatten Freunde an der Beschäftigung in der Natur. Sie säten, gossen, jäteten Unkraut, ernteten Küchenkräuter und verzehrten das gemeinsam Angebaute. Und sie wuchsen dabei zu einer ganz festen Gemeinschaft zusammen. Ein vorbildliches Projekt!

drk-sh.de/wir-ueber-uns/presse-prints/aktuelles.html

drk-schwesterenschaft-flensburg.info



Grußwort von Ministerpräsident Daniel Günther (mitte), Georg Gorrissen, Präsident DRK-Landesverband Schleswig-Holstein e. V. (links), Ralph Schmieder, Vorstand DRK-Landesverband Schleswig-Holstein e. V. (rechts)

DRK-Landesversammlung 2018

Start für eine Offensive zur Gewinnung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern und Wiederwahl des Präsidiums.

Am 16. November hat der DRK-Landesverband Schleswig-Holstein erfolgreich seine Landesversammlung für 2018 in Neumünster abgehalten. Auf der Tagesordnung der rund 200 Teilnehmer standen neben den Wahlen des Präsidenten und des Präsidiums die Themen Fachkräftemangel, DRK als attraktiver Arbeitgeber, Stärkung des Ehrenamtes und die Rettungsdienste im Mittelpunkt.

Georg Gorrissen (Präsident, DRK-Landesverband Schleswig-Holstein), betonte in seiner Rede, dass das Deutsche Rote Kreuz in Schleswig-Holstein mit ihren über 80.000 Mitgliedern und rund 7.500 Mitarbeitern in Schleswig-Holstein täglich eine große Verantwortung in der Pflege, der Betreuung von Älteren, der Hilfe von Menschen in Not und in vielen anderen Bereichen übernehme.

Ministerpräsident Daniel Günther würdigte in seinem Grußwort das Deutsche Rote Kreuz als unverzichtbar für das Zusammenleben in der Gesellschaft und hob vor allem das Engagement der großen Zahl von ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern hervor. Ohne Ehrenamt sei unsere Gesellschaft nicht denkbar, so Günther. Er plädierte zudem für bessere Rahmenbedingungen im Pflegebereich.

Ralph Schmieder (Vorstand, DRK-Landesverband Schleswig-Holstein) berichtete über die Bemühungen des DRK, den Pflegeberuf attraktiver zu machen und auch Bewerberinnen und Bewerber aus dem Ausland für den Pflegebereich in Schleswig-Holstein zu gewinnen. „Trotz aller Anstrengungen wird es nicht gelingen, den Fachkräftebedarf allein aus dem Inland zu decken. Deshalb begrüßen wir ausdrücklich die aktuellen politischen Diskussionen auf Bundes- und insbesondere auch auf Landesebene, den Zuzug von Fachkräften zu erleichtern“, so Ralph Schmieder.

Anschließend berichteten Vizepräsidentin Frauke Tengler (Landesleiterin Soziales), Katharina Schumacher (Landesleiterin Jugendrotkreuz), Frederic Möß (Landesleiter Wasserwacht) und Dirk Kubat (Landesleiter Bereitschaften) für die vier Gemeinschaften des DRK in einer 20-minütigen Podiumsdiskussion über die Herausforderungen ihrer Arbeit im Alltag.

Um die Attraktivität des DRK in Schleswig-Holstein weiter zu stärken, wurde ein Kinospot produziert, der auf der Landesversammlung zum ersten Mal gezeigt wurde und der auf das neue Karriereportal verweist: **DRK-karriere.sh.de**.



Podiumsdiskussion mit den Gemeinschaften (v.l.n.r. Frauke Tengler, Vizepräsidentin; Carsten Maltzahn, Moderation; Frederic Möß, Landesleiter Wasserwacht; Katharina Schumacher, Leiterin Jugendrotkreuz; Dirk Kubat, Landesbereitschaftsleiter)

Wiederwahl des Präsidiums

Auf der Landesversammlung wurde Georg Gorrissen für weitere vier Jahre zum Präsidenten wiedergewählt. Der Landesbereitschaftsleiter Dirk Kubat ist aus seinem Amt nach zwölf Jahren auf eigenen Wunsch ausgeschieden. Als Nachfolger wurde Stefan Krause gewählt, der nun auch im Präsidium des DRK vertreten ist. Auch das Präsidium hat sich zur Wahl gestellt und wurde wiedergewählt.

Zusammensetzung des Präsidiums:

Präsident: Georg Gorrissen
Vizepräsidentin: Frauke Tengler
Vizepräsident: Andreas Breitner
Präsidiumsmitglieder:
Wiebke Boysen Stefan Krause (Landesbereitschaftsleiter)
Frederic Möß (Landesleiter Wasserwacht)
Dr. Juliane Rumpf Katharina Schumacher (Jugendrotkreuz)
Dr. Gerd-Rüdiger Steffen
Dr. Christian Zöllner

Fit im Kopf

Vergesslich? Nicht mehr so schnell? Im Alter lassen einige Fähigkeiten nach – doch mit dem richtigen Training, kann man dem Alterungsprozess entgegenwirken.



Sie stehen im Supermarkt und haben vergessen, was Sie einkaufen wollten? Das kann in jedem Alter passieren. Doch mit den Jahrzehnten häufen sich diese Situationen oft. „Unter anderem werden Informationen langsamer verarbeitet“, weiß Gedächtnistrainerin Margaretha Hunfeld. „Spätestens ab dem 40. Lebensjahr sollte man deshalb Strategien ausprobieren, um diesem Prozess entgegenzuwirken.“ Das Gute ist: Das Gedächtnis lässt sich trainieren wie ein Muskel. Auch im Alter können sich Nervenzellen im Kopf neu verschalten und verzweigen.

Reines Auswendiglernen hilft jedoch nur wenig. Vielmehr müssen verschiedene Areale im Gehirn angesprochen werden. Es gilt, den Denkmuskel abwechslungsreich zu fordern und keine Denkroutine aufkommen zu lassen. Beispielsweise setzt eine Kombination aus Bewegung und Gedächtnisübungen neue Impulse. Die körperliche Aktivität unterstützt zudem die Sauerstoffversorgung im Gehirn.

Für jeden, der Probleme hat sich Namen zu merken, hat Margaretha Hunfeld noch einen Trick: „Über bildliche Vorstellung kann man sich Dinge besser und länger merken. Bei Namen funktionieren ‚merkwürdige‘ Assoziationen besonders gut, weil man zu ihnen für gewöhnlich keine Verbindung hat.“ So verknüpft sie ihren Namen einfach mit einem Huhn auf einem Feld – schon können sich die Teilnehmer ihrer Kurse ihren Namen merken.

Neue Menschen treffen und Ihr Gehirn trainieren können Sie in den Gesundheitskursen Gedächtnis des DRK. Ziel der Kurse ist es, die Konzentrations- und Merkfähigkeit zu verbessern – spielerisch und ohne Leistungsdruck.

<https://www.drk.de/hilfe-in-deutschland/kurse-im-ueberblick/gesundheitskurs-gedaechtnis/>



Rezept für eine leckere Gnocchi-Pfanne mit Lachs

Neben ausreichend Flüssigkeit, damit das Gehirn gut durchblutet wird, sind für Nerven und Gedächtnis Omega-3-Fettsäuren wichtig. Die kommen vor allem in fetten Fischarten wie Lachs vor.

Zutaten für zwei Personen: 500 g Gnocchi, 100 g Räucherlachs, eine Zwiebel, etwas Öl, 100 g Sahne, Petersilie, Salz und Pfeffer nach Belieben.

Bereiten Sie die Gnocchi nach Packungsanleitung zu. Schälen Sie die Zwiebel und würfeln Sie diese. Schneiden Sie den Lachs in mundgerechte Stücke und hacken Sie die Petersilie. Braten Sie die Zwiebeln in etwas Öl in der Pfanne glasig an. Geben Sie den Lachs und die Sahne dazu und lassen Sie die Soße bei niedriger Temperatur fünf Minuten köcheln. Schmecken Sie die Soße anschließend mit Salz und Pfeffer ab und heben Sie die Gnocchi unter. Servieren Sie das leckere Gericht mit Petersilie garniert.

Rätsel

Fadenrolle	sibirischer Strom	Feingefühl	italienische Bejahung	Britin	römischer Liebesgott
Sitz des DRK-LV Brandenburg		10			Stadt in Brandenburg, DRK-KV
	4		Schiffstacho		1
Emirat am Persischen Golf	Donauzufluss in Passau	Speisender	verwirrt	9	
			8	Kurzform von Theresia	
Präsident des DRK von 2003 bis 2017	Klagelaut	Gebirge auf Kreta	fränkischer Hausflur		
			3	lateinisch: Sache	2
Krankenpfleger (Plural)	Lebensregel	6			
natürlicher Kopfschmuck			7	zu keiner Zeit	5

Impressum

DRK-Kreisverband Schleswig-Flensburg e. V.

Redaktion:
Maike Krabbenhöft

V.i.S.d.P.:
Vorsitzender Harald Krabbenhöft
Kreisgeschäftsführer Kai Schmidt

Herausgeber:
DRK-Kreisverband Schleswig-Flensburg e. V.
Lise-Meitner-Str. 9, 24837 Schleswig
Tel.: 04621 / 819-0, info@drk-sl-fl.de
www.drk-sl-fl.de