



rotkreuz

Nachrichten

Ihr Mitgliederbrief September 2024



UNSERE THEMEN

- Digitale Zukunft
- Soziale Innovationen im DRK-Projektfinder
- Projekt für Menschen mit Demenz
- Sicherheit auch unterwegs
- Kita-App für einen leichteren Alltag
- Persönliche Notfallvorsorge
- So unterstützen Sie uns
- Schnelle Hilfe bei Schlaganfall entscheidend
- FAST-Test-App

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

was gibt es Schöneres, als wenn Menschen verschiedener Generationen an einem Strang ziehen – gemeinsam, alle mit ihren besonderen Stärken, respektvoll und in der Gewissheit, dass sie etwas sehr Sinnvolles leisten? Für uns im DRK ist das ganz normal, und manchmal denke ich, wir sollten uns das ruhig öfter klarmachen. Es ist etwas Großes, was wir da täglich erleben und zusammen möglich machen.

Bei uns ist jeder Mensch wichtig – bei den Angeboten, mit denen wir allen beistehen, die unsere Unterstützung brauchen, und beim ehrenamtlichen Mitmachen. Ältere engagieren sich genauso vielfältig wie die Jungen, die im Jugendrotkreuz aktiv sind, und so manche Familie ist schon über Generationen hinweg für unsere Idee im Einsatz. Genau das betone ich auch immer wieder: Im Roten Kreuz schätzen wir das alles wert – egal ob uns jemand mit Wissen, Zeit oder Geld unterstützt. Alle steuern ihren Teil bei, das ist das Wichtige.

Mit diesem Wissen gehe ich sehr positiv und gut gelaunt in die Herbsttage, die jetzt unmittelbar bevorstehen. Wir sind jederzeit für andere da, und ebenso sind wir füreinander da. Das ist ein Versprechen.



Herzliche Grüße

Manfred Stein
Kreisgeschäftsführer
DRK Kreisverband Wiesbaden e. V.

Bereit für die digitale Zukunft

Die Welt wird immer digitaler – in allen Lebensbereichen. Auch im DRK spielt das Thema eine wichtige Rolle. Intern verändert sich viel, und neue Angebote entstehen. Vor allem aber gilt: Alle sollen teilhaben können.

Wer mit Marion Doßner über das Thema Digitalisierung im DRK spricht, muss Zeit mitbringen. „Es passiert viel“, sagt die Projektleiterin, und dann gibt sie einen kleinen Einblick in das, was sich allein im Bereich der DRK-Wohlfahrt aktuell tut. Doßner leitet das Kompetenzzentrum Digitalisierung, das als Teil des Teams Digitalisierung und Nachhaltigkeit neue Projekte steuert, bei der Umsetzung innovativer Ideen hilft und vor allem eines will: innerhalb des DRK wichtige Netzwerke knüpfen. Sich austauschen, neue Ansätze testen und das Wissen und die Kompetenzen rund um Digitalisierung verbreiten und vertiefen – darum geht es. „Digitale Technologien prägen zunehmend unseren Alltag, und das DRK stellt sich darauf ein, damit wir auch zukünftig verlässlich für unsere Zielgruppen da sein können“, erklärt Doßner.

Dabei schwingt auch immer mit, niemanden von den Entwicklungen auszugrenzen. Aufgrund des Alters, einer Behinderung oder von Armut kann der Zugang für viele schwer sein. Doch Digitalisierungsprozesse sollen nicht die gesellschaftliche Teilhabe erschweren, sondern vielmehr zu neuen Partizipationsmöglichkeiten führen. Deshalb sind die Angebote der DRK-Wohlfahrt zunehmend analog und digital verfügbar, wie etwa bei der Migrationsberatung. Mit der App **mbeon** können sich erwachsene Zugewanderte digital an Beratende wenden, die auch vor Ort im Einsatz sind. Im persönlichen Chat über die App beantworten sie Fragen innerhalb von 48 Stunden – in 40 verschiedenen Sprachen. Ähnlich funktioniert **RealTalk**, eine bundesweite Chatberatung, die jungen Menschen unkompliziert bei Problemen wie Stress in der Schule, Liebeskummer oder Depressionen hilft. Kostenlos, anonym und sicher bekommen sie Unterstützung von Schulsozialarbeitenden oder dafür qualifizierten anderen Jugendlichen, die ehrenamtlich beraten.



Für Digitalisierung ist niemand zu jung oder zu alt

Damit die vielfältigen Möglichkeiten, sich im DRK ehrenamtlich zu engagieren, digital noch besser präsentiert werden, wird derzeit auch der Ehrenamtsfinder auf drk.de neu gestaltet. Interessierte finden nach wenigen Klicks konkrete Tätigkeitsprofile und Kontaktdaten. Derzeit läuft die Pilotphase in diesem Projekt „EAsi – Ehrenamt sichtbar“. Deutlich weiter ist da schon der **DRK Elterncampus**, über den Eltern Live-Online-Kurse zu Familienthemen wie Babyernährung oder Erste Hilfe am Kind belegen können.

Neben Angeboten wie diesen geht es dem Kompetenzzentrum und den Fachbereichen insbesondere darum, DRK-Mitarbeitende bundesweit für digitale Themen zu sensibilisieren und weiterzubilden. Dazu werden auf einer Lernplattform zum Beispiel DRK-spezifische E-Learning-Module zur Verfügung gestellt, die Ehren- und Hauptamtliche jeweils als Tandem zeit-

und ortsunabhängig durchlaufen können. Ein erstes Spezial-Angebot „Kita Digital“ richtete sich an Fach- und Führungskräfte in DRK-Kitas und stellte Medienpädagogik und kindgerechte Mediennutzung in den Fokus.

„Unser Aufgabenbereich ist wirklich facettenreich“, fasst Marion Doßner zusammen. Eine gemeinwohlorientierte Digitalisierung kann Beschäftigten die Arbeit erleichtern, interne Abläufe verbessern, helfen, noch mehr Menschen zu erreichen, und den Austausch fördern. So profitieren am Ende alle – Mitarbeitende, Ehrenamtliche, Mitglieder und Hilfesuchende.

Mehr Infos zum Thema Digitalisierung und soziale Innovationen finden Sie unter:
drk-wohlfahrt.de/unsere-themen/digitalisierung-nachhaltigkeit.html

Soziale Innovationen im DRK-Projektfinder

Innovative Lösungen – davon gibt es im DRK viele. Eine Vorstellung von der Breite der neuen Ansätze vermittelt der DRK-Projektfinder. Auf einer interaktiven Landkarte werden Projekte aus den Gliederungen und Einrichtungen des DRK in ganz Deutschland dargestellt – mit Kurzbeschreibungen und Ansprechpersonen. Ob digitales Mitglieder magazin, Weiterbildung mit virtueller Realität oder Medikamentenversorgung mithilfe von Drohnen – alle Projekte setzen sich kreativ mit einer aktuellen Herausforderung

auseinander oder bieten eine zeitgemäße Lösung für eine bestehende soziale Frage. Damit sind sie nicht selten eine Inspiration für Nachahmer und Neuentwickler. Jährlich zeichnet das DRK-Präsidium zudem drei der eingereichten Projekte mit dem Innovationspreis aus.

Den DRK-Projektfinder finden Sie unter
drk-wohlfahrt.de/drk-digital.html

Puppe Elisa hilft Menschen mit Demenz

Kann eine interaktive Puppe Menschen mit Demenz zu Hause unterstützen und zudem pflegende Angehörige bei der Betreuung entlasten? Das hat der DRK-Kreisverband Bochum getestet – als Praxispartner in dem mehrjährigen Forschungsprojekt RUBYDemenz. Dessen Star ist Elisa: Die Puppe kann nicht nur sprechen und die Menschen dabei ansehen, sie kommuniziert auch nonverbal, bewegt dafür Augenlider und -brauen, lächelt und neigt den Kopf. So kann Elisa Menschen mit Demenz etwa beruhigen, sie an regelmäßiges Trinken erinnern, ihnen Witze erzählen oder sie zu Spielen anregen. Zudem erkennt die Puppe Emotionen wie Freude, Trauer oder Unruhe. Über eine App können die Pflegenden darüber hinaus aus der Ferne Nachrichten übermitteln. Elisa liest sie vor und sendet die Antworten zurück. Genauso schickt sie während der Abwesenheit von Angehörigen eine Info, wenn daheim eine emotionale Si-

tuation eintritt. So ist es möglich, Pflegebedürftige für eine gewisse Zeit zu Hause allein zu lassen und bei Bedarf über Elisa mit ihnen zu kommunizieren. Für das Projekt waren zahlreiche Freiwillige des DRK als „Robot-Begleitung“ aktiv: Sie unterstützten die Test-Familien bei der Einführung der Puppe und waren ihre Ansprechpersonen. Zudem protokollierten sie die Erfahrungen für die wissenschaftliche Auswertung der nun abgeschlossenen Testphase. „Durch Elisa haben wir viel neues Wissen gewonnen“, sagt DRK-Projektleiterin Daniela Waltring-Weber: „Ich bin überzeugt, dass Technik in Zukunft auch im Leben älterer Menschen immer stärker präsent sein wird und so auch im Pflegealltag eine enorme Entlastung sein kann.“

Mehr Infos zu dem Projekt finden Sie unter <https://www.drk-bochum.de/angebote/rubydemenz.html>



Die Projektmitarbeiterinnen Daniela Waltring-Weber (l.) und Bettina Marx (r.) mit Elisa

© Christian P. Sabel / DRK Bochum e.V.

Sicherheit für unterwegs

Der Hausnotruf ist ein bewährtes System, das viele DRK-Kreisverbände anbieten. Bei einigen, wie etwa dem Kreisverband Hamburg-Nordost, ist auch eine mobile Version verfügbar – als kompaktes, handliches Gerät für unterwegs oder auch als Uhr: Das System, meist „Mobilruf“ genannt, ermöglicht die einfache Notrufauslösung und überträgt dank Positionsbestimmung per GPS auch den aktuellen Aufenthaltsort. Mit jedem Alarm wird zudem eine Sprechverbindung zur Hausnotrufzentrale des DRK aufgebaut. Die Einsatzszenarien

sind vielfältig und generationsübergreifend: Der mobile Notruf eignet sich für ältere Menschen, die selbstständig bleiben möchten, genauso wie für Personen mit körperlichen Beeinträchtigungen sowie für Sportbegeisterte, die für Notfälle vorsorgen möchten. So ist die Hilfe des DRK auch beim Klettern, beim Spaziergang oder bei gefährlichen Arbeiten immer nur einen Knopfdruck entfernt.

Bei Fragen zum Thema Hausnotruf / Mobilruf wenden Sie sich an Ihren DRK-Kreisverband vor Ort.



© easierLife GmbH

Kita-App macht das Leben leichter



Kitaleiterin Barbara de Heer bei der Planung

Es hat sich einiges verändert, seitdem das Team vom Spatzennest in Wedel „Leandoo“ nutzt. Mit der App spart die Kita des DRK-Kreisverbandes Pinneberg nicht nur viel Zeit bei Verwaltungsaufgaben, etwa wenn es um Dienstpläne und Dokumentationen geht. Auch der Informationsaustausch mit den Eltern hat sich deutlich verbessert. Alle Neuigkeiten, wichtige Mitteilungen, Termine und den Speiseplan können sie direkt über ihr Smartphone abrufen. Zudem geben sie auf diesem Weg jetzt auch durch, wenn ihr Kind nicht in die Kita kommt, was dem Team morgens zahlreiche Anrufe erspart.

Weil die Mitarbeitenden jeweils eigene Dienst-Tablets haben, können alle Beteiligten jederzeit auf alle Informationen zugreifen. Das dafür bisher ausgelegte Buch hat längst ausgedient. Der Kreisverband hat die App zunächst in neun seiner Kitas getestet. Bis Ende des Jahres sollen alle 20 Einrichtungen damit arbeiten. Was nicht nur die Eltern der „Spatzennest-Kinder“ besonders schätzen: Über „Leandoo“ bekommen sie jetzt auch regelmäßig Schnappschüsse aus dem Kita-Alltag – und sehen zum Beispiel, was ihre Kinder gerade spielen oder was sie auf dem Ausflug erleben.

© DRK KV Pinneberg

Persönliche Notfallvorsorge - Planen Sie rechtzeitig

Nachrichten und Berichte über Ausnahme- und Katastrophensituationen vermitteln regelmäßig den Eindruck, dass jede und jeder Einzelne von uns davon betroffen scheint: Hitzeperioden, Unwetterwarnungen, Hagelschäden an Auto und Garten, Überschwemmung von Kellern und Garagen, durch regionale Wetterereignisse entwurzelte Bäume, beschädigte Dächer oder gar Stromausfall, Einschränkungen des öffentlichen Verkehrs oder der Ausfall weiterer Infrastruktur.

Die Liste möglicher Szenarien ist lang und zeigt im Wesentlichen auf, dass wir uns mit Bedacht darauf vorbereiten sollen, einige Tage auf uns selbst gestellt zurechtzukommen. Tritt die Katastrophe ein, ist umsichtiges Handeln gefragt. Es empfiehlt sich daher, die folgenden Grundsätze zu beachten:

Immer die Ruhe bewahren!

Verfallen Sie nicht in Panik und handeln Sie besonnen. Achten Sie auf sich und auf Ihre Mitmenschen, die möglicherweise Ihre Hilfe benötigen.

Immer informiert bleiben!

Halten Sie sich, sofern möglich, im Ernstfall immer auf dem Laufenden, indem Sie die aktuelle Nachrichtenlage verfolgen, etwa über Ihr Smartphone, Radio oder über Ihren Fernseher. Informieren Sie sich aus amtlichen Quellen!

Immer einen Notfallrucksack griffbereit halten!

Bereiten Sie sich auf mögliche Katastrophen vor, etwa indem Sie ein Notgepäck zusammenstellen und den Rucksack an einem Ort aufbewahren, der im Notfall schnell zu erreichen ist. Unter www.rotkreuzshop.de erhalten Sie ein speziell entwickeltes DRK-Notfallvorsorge-Paket, das Ihnen bei der Bewältigung von denkbaren Gefahren hilft und die grundlegenden Bedürfnisse für 48 Stunden abdeckt.

Weitere Informationen erhalten Sie zusätzlich auf den Seiten des Bundesamts für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK): www.bbk.bund.de

Notgepäck

- Persönliche Medikamente
- Behelfsmäßige Schutzkleidung
- Wolldecke, Schlafsack
- Unterwäsche, Strümpfe
- Gummistiefel, derbes Schuhwerk
- Essgeschirr, -besteck, Thermoskanne, Becher
- Material zur Wundversorgung
- Dosenöffner und Taschenmesser
- Strapazierfähige, warme Kleidung
- Taschenlampe
- Kopfbedeckung, Schutzhelm
- Schutzmaske (FFP2-Maske), behelfsmäßiger Atemschutz, Arbeitshandschuhe
- Kurbelradio oder Rundfunkgerät mit Batteriebetrieb, Reservebatterien
- Fotohandy mit Ladestation



© DRK-Service GmbH/beatb. C. Oyunaa

Das DRK bietet auch spezielle Kurse und Materialien zur Ersten Hilfe mit Selbstschutzzinhalten an. Infos auf www.ehsh-drk.de

Checkliste zur persönlichen Notfallvorsorge

Auch wenn Katastrophen meist plötzlich und unverhofft auftreten, können Sie sich mit Bedacht auf einen solchen Ernstfall vorbereiten. Die folgende Checkliste hilft Ihnen bei der Vorbereitung, Ausstattung und Bevorratung sowohl in einer kurzen Krankheitsphase als auch bei einem (längerfristigen) Ausfall von Infrastruktur.

Grundvorrat für ca. 10 Tage

- Getränke (Berechnen Sie etwa 20 Liter Flüssigkeit pro Person und Woche. Dieser Vorrat beinhaltet auch Wasser, z. B. zum Kochen.)
- Lebensmittel (Wählen Sie lange haltbare Produkte, die keine Kühlung benötigen.)

Verbrauchen Sie den Vorrat vor Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums und füllen Sie ihn stets wieder auf.



Brandschutz

- Keller und Dachboden entrümpeln
- Feuerlöscher
- Löschspray
- Rauchmelder
- Behälter für Löschwasser
- Wassereimer
- Kübelspritze oder Einstellspritze
- Garten- oder Autowaschschlauch



Energiereserve

- Kerzen, Teelichter
- Streichhölzer, Feuerzeug
- Taschenlampe
- Reservebatterien
- Camping-, Spirituskocher mit Brennmaterial
- Heizmöglichkeit
- Brennstoffe



Hausapotheke

- DIN-Verbandkasten
- Von der Ärztin/vom Arzt verordnete Medikamente
- Schmerzmittel
- Hautdesinfektionsmittel
- Wunddesinfektionsmittel
- Mittel gegen Erkältungskrankheiten
- Fieberthermometer
- Mittel gegen Durchfall
- Insektenstich- und Sonnenbrandsalbe
- Splitterpinzette



Dokumentensicherung

- Haben Sie festgelegt, welche Dokumente unbedingt erforderlich sind?
- Sind Ihre Unterlagen zweckmäßig geordnet?
- Sind von wichtigen Dokumenten Kopien vorhanden und diese ggf. beglaubigt?
- Haben Sie eine Dokumentenmappe angelegt?
- Sind Dokumentenmappe oder wichtige Dokumente griffbereit?
- Haben Sie eine gewisse Bargeldmenge zurückgelegt?



Hygieneartikel

- Seife, Waschmittel
- Zahnbürste und Zahnpasta
- Set Einweggeschirr und Besteck
- Haushaltspapier
- Toilettenpapier
- Müllbeutel
- Campingtoilette, Ersatzbeutel
- Haushaltshandschuhe
- Desinfektionsmittel
- Schmierseife



© DRK-Service GmbH/beatb. C. Oyunaa

Name und Sitz des überweisenden Kreditinstituts

BIC

Angaben zum Zahlungsempfänger: Name, Vorname/Firma (max. 27 Stellen bei maschineller Beschriftung max. 36 Stellen)

DRK Kreisverband Wiesbaden e. V.

IBAN

DE4655020500005313400

BIC des Kreditinstituts oder Zahlungsdienstleisters (8 oder 11 Stellen)

BFSWDE33MNZ

Deutsches
Rotes
Kreuz

Betrag: Euro, Cent

Spenden-/Mitgliedsnummer oder Name des Spenders: (max. 27 Stellen)

ggf. Stichwort

PLZ und Straße des Spenders: (max. 27 Stellen)

Angaben zum Kontoinhaber/Zahler: Name, Vorname/Firma, Ort (max. 27 Stellen, keine Straßen- oder Postfachangaben)

IBAN

D E 06

Datum

Unterschrift(en)

SPENDE

IBAN des Auftraggebers

Empfänger:

Bankverbindung des Empfängers:

DE4655020500005313400
BFSWDE33MNZ

EUR

+ SPENDE

Verwendungszweck (nur für Empfänger):

Auftraggeber/Einzahler:

(Quittung des Kreditinstituts)



So können Sie uns unterstützen

Wir freuen uns auf jegliche Art der Unterstützung, damit wir auch weiterhin unsere Arbeit für die Menschen in der Region fortführen können. Ihr Spende kommt direkt dort an, wo sie benötigt wird. Im Ehrenamt beim Jugendrotz Kreuz, bei unseren Sanitätsdiensten oder der Ausstattung unserer freiwilligen Helfer. Jeder Euro hilft.



© Felix Tietze

Wie können Sie uns unterstützen?

Passives Mitglied

Durch einen regelmäßigen Mitgliedsbeitrag unterstützen Sie direkt die Arbeit des DRK Kreisverbands Wiesbaden e.V.

Ehrenamtliche Tätigkeit

Helfen Sie uns, den DRK Kreisverband aktiv mitzugestalten.

Einmalige Spende

Mit Ihrer Spende können wir unsere Hilfeleistungen auch in Zukunft finanzieren.



© Andreas Brockmann, DRK-Landesverband Nordrhein e.V.



© Peakstock - stock.adobe.com

Schlaganfall: Schnelle Hilfe ist entscheidend

Die Folgen eines Schlaganfalls hängen davon ab, wie schnell der Notfall behandelt wird. Daher ist es wichtig, die Symptome zu erkennen und umgehend den Notruf 112 zu wählen.

Etwa alle zwei Minuten ereignet sich in Deutschland ein Schlaganfall – das sind fast 270.000 Fälle pro Jahr. Der Schlaganfall zählt zu den häufigsten Todesursachen in Deutschland und ist der häufigste Grund für eine im Erwachsenenalter erworbene Behinderung. Wie schwer die Folgen eines Schlaganfalls sind, hängt besonders von einem Faktor ab: Zeit.

„Je früher eine Person mit Schlaganfall ärztliche Hilfe bekommt, desto besser“, erklärt Professor Bernd Böttiger, DRK-Bundesarzt und Direktor der Klinik für Anästhesiologie und Operative Intensivmedizin an der Uniklinik Köln.

Bei einem Schlaganfall kommt es zu einer Durchblutungsstörung im Gehirn. In den meisten Fällen ist die Ursache ein Blutgerinnsel, das ein Gefäß im Hirn verstopft und die Sauerstoffversorgung hemmt. Seltener ist ein Gefäßriss im Gehirn verantwortlich für den Schlaganfall. Durch diese Durchblutungsstörung erhalten Gehirnzellen in der betroffenen Region nicht mehr ausreichend Sauerstoff und beginnen abzusterben. Je länger die Störung andauert, desto mehr Nervengewebe wird unwiederbringlich zerstört.

„Daher ist der Faktor Zeit so wichtig: Je schneller die Sauerstoffversorgung im Krankenhaus wieder hergestellt wird, desto besser ist die Prognose für Betroffene. Außerdem sind einiger der Be-

handlungsverfahren nur in den ersten Stunden nach dem Schlaganfall möglich“, betont Professor Böttiger.

Ein Schlaganfall kann sich durch verschiedene Symptome zeigen – je nachdem welche Hirnregion betroffen ist. Zu den häufigen Anzeichen zählen plötzliche, heftige Kopfschmerzen, Sprach- und Verständnisprobleme, Lähmungserscheinungen, Taubheitsgefühl, Schwindel, Übelkeit und Sehstörungen. „Nicht bei jeder Person treten alle genannten Symptome auf, besonders bei Frauen sind die Symptome manchmal uneindeutig“, sagt Professor Böttiger. „Geht es einer Person oder Ihnen selbst akut schlecht und Sie denken ‚Das ist nicht normal‘, rufen Sie den Notruf 112.“ Ersthelfende sollten bei einem Verdacht auf Schlaganfall sofort den Notruf 112 wählen. Anschließend können sie der betroffenen Person helfen, eine angenehme Position mit erhöhtem Oberkörper einzunehmen. „Betreuen, beruhigen und beobachten Sie die betroffene Person bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes“, rät Professor Böttiger. Angehörige sollten außerdem Informationen über Vorerkrankungen und verordnete Medikamente für den Rettungsdienst bereithalten.

Um charakteristische Symptome eines Schlaganfalls zu prüfen, können Betroffene und Ersthelfende den FAST-Test durchführen. Unterstützung bietet die kostenlose FAST-Test-App der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe für iOS und Android.

Weitere Informationen erhalten Sie unter: www.schlaganfall-hilfe.de

FAST-Test-App

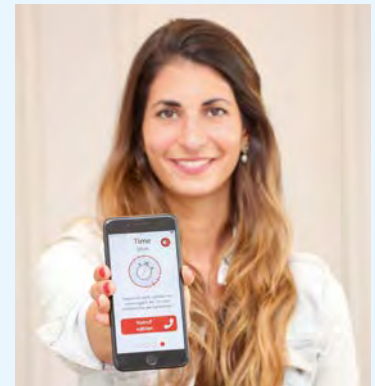
Die App der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe hilft, charakteristische Schlaganfallssymptome zu prüfen, und ermöglicht einen direkten Notruf 112. So läuft der FAST-Test ab:

Face: Bitten Sie die Person zu lächeln. Hängt ein Mundwinkel herab, deutet das auf eine Halbseitenlähmung hin.

Arms: Bitten Sie die Person, die Arme nach vorne zu strecken (Handflächen nach oben). Bei einer Lähmung können nicht beide Arme gehoben werden, ein Arm sinkt oder dreht sich.

Speech: Lassen Sie die Person einen einfachen Satz nachsprechen. Bei Unfähigkeit oder verwuschener Stimme liegt vermutlich eine Sprachstörung vor.

Time: Zögern Sie nicht, wählen Sie unverzüglich den Notruf 112 und schildern Sie die Symptome.



© Deutsche Schlaganfall-Hilfe

Impressum

DRK KV Wiesbaden e. V.

Redaktion:
Linda Hanemann

V.i.S.d.P.:
Manfred Stein

Herausgeber:
DRK KV Wiesbaden e. V.
Flachstr. 6
65197 Wiesbaden
Tel.: 0611 / 4687-0
<https://www.drk-wiesbaden.de/>
info@drk-wiesbaden.de

Auflage:
5.000