



# rotkreuz

## Nachrichten

Ihr Mitgliederbrief Mai 2024



### UNSERE THEMEN

- Im Namen der Vielfalt
- „Wir sind keine Sprachpolizei“
- Ein (Aktions-)Tag für das Rote Kreuz
- Die 10 neuen Baderegeln für sicheren Wasserspaß

### Liebe Leserinnen, liebe Leser,

„das ist doch selbstverständlich“ – so oder ähnlich antworten viele in unseren DRK-Teams, wenn ich mit ihnen über ihre beeindruckende Arbeit spreche. Für sie ist es ganz normal, Hilfsbedürftigen beizustehen, sich in der Freizeit für andere einzusetzen – „keine große Sache“, sagen sie. Umso wichtiger ist es mir, dieses Engagement bei jeder passenden Gelegenheit zu loben. Unsere Gesellschaft kann auf die Bedeutung dieser uneigennützig Hilfe gar nicht oft genug hinweisen, und zwar nicht nur am Weltrotkreuztag, den wir jetzt wieder feiern.

Dass die Rotkreuz-Idee schon seit so vielen Jahrzehnten Bestand hat, bestätigt mich immer wieder. Gerade in Krisenzeiten zeigt sich, dass wir gemeinsam gut vorbereitet sind. Wir haben trainiert und trainieren weiter regelmäßig, dass wir selbst in extremen Situationen helfen können. Selbst dann, wenn mehrere Ausnahmeeignisse zusammenfallen. Wir können uns aufeinander verlassen – und darauf vertrauen ganz viele Menschen in unserer

direkten Nachbarschaft und überall auf der Welt. Mich macht das stolz, denn selbstverständlich ist das eben nicht.

Mit Blick auf den nahenden Sommer wünsche ich mir, dass wir mit neuer Energie weitermachen. Es gibt so viel zu tun, und wir werden umso mehr gebraucht. Gemeinsam können und dürfen wir zuversichtlich sein.



Herzliche Grüße

Manfred Stein  
Kreisgeschäftsführer  
DRK Kreisverband Wiesbaden e. V.



© DRK-Service GmbH/A.Zeick

# Im Namen der Vielfalt

Das DRK ist für alle da und für alle offen. Das sollte selbstverständlich sein, doch gibt es wirklich keine Barrieren? Keine Diskriminierung? Fühlen sich alle wertgeschätzt? Echte Diversität ist das Ziel, und es passiert viel, um dieses Ziel zu erreichen.

Vielfalt ist eine große Stärke. Das zeigt sich in der DRK-Arbeit jeden Tag. Je diverser die Teams sind, desto besser. Denn alle bringen etwas Individuelles ein – unterschiedliche Perspektiven, Erfahrungen, Fähigkeiten. So entstehen immer wieder gute Lösungen, um das gemeinsame Ziel zu erreichen: vorbehaltlos und ohne Unterschied allen Menschen beizustehen, die Unterstützung brauchen. „Insbesondere deshalb hat sich das DRK verpflichtet, Diversität aktiv zu fördern“, erklärt Dr. Luise Hilmers: „Das ist auch in der Strategie 2030 als Ziel verankert.“

Luise Hilmers ist Referentin für Diversität im DRK-Generalsekretariat, der Zentrale des Bundesverbandes in Berlin. Zusammen mit ihrer Kollegin Simone Oske arbeitet sie daran, das Thema im gesamten DRK noch stärker zu verbreiten, zu erklären und greifbar zu machen. „Wir bieten ein offenes und inklusives Umfeld, das alle Menschen anzieht“, erklärt sie – das ist die Kernbotschaft. Egal, ob Fachkräfte gesucht sind, neue hauptamtlich Beschäftigte oder Freiwillige und ehrenamtlich Helfende gebraucht werden – dafür sollen sich alle angesprochen fühlen, alle werden wertgeschätzt. Dabei ist es gleich, welche Herkunft oder Sexualität sie haben, wie alt sie sind, ob sie eine Beeinträchtigung mitbringen oder mit welchem Geschlecht sie sich identifizieren. „Diversität steht für all das und noch viel mehr“, betont Hilmers:

„Und wir alle profitieren davon.“ Die Projekte und Angebote dazu sind vielfältig. In einem Diversitätsleitbild etwa hat das Generalsekretariat den Stellenwert von Chancengleichheit, Inklusion und Antidiskriminierung für die eigene Organisation festgelegt. Darin sind auch Maßnahmen beschrieben, wie diese Ziele zu erreichen sind. Zudem ist der DRK Diversitäts-Check entstanden, mit dem alle Verbände selbst ermitteln können, wo sie mit Blick auf das Thema aktuell stehen. Und ein Strategiepapier beschäftigt sich damit, wie einzelne Einrichtungen des DRK diversitätssensible Pflege umsetzen können. Gleichzeitig haben mehrere Landesverbände Projekte gestartet: In Brandenburg zum Beispiel wurde eine Handreichung „Diversitätssensible Sprache“ erarbeitet, und der Landesverband Westfalen-Lippe hat unter anderem eine dreiteilige Schriftenreihe mit praktischen Tipps veröffentlicht.

„Es bewegt sich etwas“, freut sich Luise Hilmers: „Genau wie in unserer Gesellschaft generell, wird Diversität überall im DRK thematisiert.“ Wie wird ein Gespräch mit Beschäftigten diversitätssensibel geführt? Wie organisiert sich ein heterogenes Team? Und wie lässt sich eine Internet-Homepage barrierearm gestalten? Um all das zu bündeln und Formate für die DRK-Gliederungen und Einrichtungen zu entwickeln, wurde im April 2023 das Pro-

jekt „ESF- Rückenwind3: Diversität im DRK“ gestartet. Es läuft bis 2026 und wird im Rahmen des Programms „Rückenwind3“ vom Bundesministerium für Arbeit und Soziales und durch den Europäischen Sozialfonds (ESF) gefördert. In diesem Jahr werden bereits Workshops veranstaltet, wie Verbände ihr eigenes Diversitätsleitbild gestalten können. Zudem sind künftig Weiterbildungen und Qualifizierungen für Fach- und Führungskräfte im DRK geplant.

Luise Hilmers weiß, dass sie ein dickes Brett bohrt: „Wir müssen noch viel Sensibilisierungsarbeit leisten“, sagt sie. Hilmers will das Wissen dafür verbreiten, ihre Unterstützung anbieten und alle, denen das Thema wichtig ist, vernetzen. Wer mit ihr spricht, erkennt den Mehrwert schnell. Ein überzeugendes Argument seien nicht zuletzt die Rotkreuz-Grundsätze, auf denen die DRK-Arbeit basiert und die seit der Gründung alle Helfenden motivieren, betont Hilmers: „Wir handeln nach unseren Grundsätzen, wenn wir divers denken.“

**Mehr zum Thema erfahren Sie online unter [www.drk-wohlfahrt.de/unsere-themen/digitalisierung-nachhaltigkeit/diversitaet-im-drk.html](http://www.drk-wohlfahrt.de/unsere-themen/digitalisierung-nachhaltigkeit/diversitaet-im-drk.html) und auf der Rückenwind3-Projektseite: [www.bagfw-esf.de/1-aufruf/drk-generalsekretariat-ev](http://www.bagfw-esf.de/1-aufruf/drk-generalsekretariat-ev)**



# „Wir sind keine Sprachpolizei“

Wie die DRK-Landesverbände Brandenburg und Westfalen-Lippe das Thema Diversität mit Leben füllen.

Manchmal ist es ganz einfach. Dann wird aus der „Teilnehmerliste“ die „Teilnahmeliste“, und eine Person ist nicht „an den Rollstuhl gefesselt“, sondern sie „ist im Rollstuhl unterwegs“. Beispiele wie diese nennt der DRK-Landesverband Brandenburg in seiner im Mai 2023 veröffentlichten Handreichung „Diversitätssensible Sprache“. Es sind Empfehlungen für das tägliche Schreiben und Sprechen – und dabei geht es „um weit mehr als das Gendern“, betont Marie-Christin Lux. Die Sprecherin des Landesverbandes gehört zu den insgesamt 13 Mitgliedern der Arbeitsgruppe, die für die Handreichung gebildet wurde. „Wir sind keine Sprachpolizei“, betont Lux: „Wir haben Leitplanken definiert, auf die sich eine große Runde geeinigt hat.“ Das Ziel ist es, eine vielfältige Gesellschaft widerzuspiegeln, niemanden auszuschließen oder abzuwerten sowie Rollenklischees und Stereotype zu vermeiden. „Doch viele sind unsicher, was die Sprache angeht“, sagt Lux. Deshalb gibt es Empfehlungen, Sprache geschlechtergerecht und rassismuskritisch zu nutzen und auch in Bezug auf Behinderungen diskriminierungssensibel zu sein. Und über die Handreichung hinaus sollen sich Interessierte künftig auch regelmäßig dazu austauschen können. „Das ist ja nicht abgeschlossen“, sagt Lux, „wir müssen weiter daran arbeiten.“



© DRK-Service GmbH/Jörg F. Müller

Sprache ist ein entscheidendes Kriterium für Diversität.

Auch im Landesverband Westfalen-Lippe ist das Thema Diversitätsorientierung ein „lebender Prozess“. Schon 2020 beschrieb die Broschüre „Für Vielfalt – Gegen Diskriminierung im DRK“ Möglichkeiten, mit Diskriminierung umzugehen. Später entstand eine dreiteilige Schriftenreihe, die sich mit Barrieren und Ausgrenzung im Verband beschäftigt, um Mitarbeitende und insbesondere Führungskräfte dafür zu sensibilisieren. Zugleich werden Strategien für mehr Chancengleichheit und Vielfalt beschrieben – zur konkreten Umsetzung in den Kreisverbänden und Ortsvereinen. „Viele nutzen diese Hilfen gerne für ihre Arbeit“, sagt Elena Unruh, die im Landesverband den Fachbereich Migration leitet. Darüber hinaus macht der Verband Fortbildungsangebote für Beschäftigte in der Migrations- und Antidiskriminierungsarbeit. Dabei geht es zum Beispiel um

Selbstreflexion und Sensibilisierung. Andere Veranstaltungen thematisieren Antisemitismus sowie Rassismus. Zudem wurde in der Landesgeschäftsstelle des DRK in Westfalen-Lippe 2022 ein interner Diversitäts-Prozess begonnen. Nach einer Ist-Stand-Analyse werden im nächsten Schritt Maßnahmen geplant und umgesetzt.

**Die Handreichung des Landesverbandes Brandenburg können sie unter [www.drk-brandenburg.de/das-drk/selbstverstaendnis/diversitaets-sensible-sprache/](http://www.drk-brandenburg.de/das-drk/selbstverstaendnis/diversitaets-sensible-sprache/) herunterladen.**

**Die Schriftenreihe und weitere Veröffentlichungen des Landesverbandes Westfalen-Lippe finden Sie unter [www.drk-westfalen.de/footer-menue-deutsch/service/downloads/migration.html](http://www.drk-westfalen.de/footer-menue-deutsch/service/downloads/migration.html).**

## Ein (Aktions-)Tag für das Rote Kreuz

**Die Rotkreuz-Arbeit lebt vom unermüdlichen Engagement der unzähligen haupt- und ehrenamtlich Helfenden. Am 8. Mai, dem Weltrotkreuztag, werden sie und die Rotkreuz-Idee gebührend gefeiert – mit vielfältigen Aktionen überall in Deutschland.**

Es ist der Geburtstag von Henry Dunant. Der am 8. Mai 1828 geborene Schweizer gilt als Begründer der Internationalen Rotkreuz- und Rothalbmond-Bewegung. Bundesweit zeigen Menschen an diesem Tag jedes Jahr ihre enge Verbundenheit mit dem Roten Kreuz. Viele DRK-Teams, Kreis- und Landesverbände organisieren besondere Aktionen, um auf die vielfältigen

Angebote und Leistungen des DRK aufmerksam zu machen. Sie kommen mit Interessierten ins Gespräch, informieren über das Rote Kreuz und beantworten individuelle Fragen. Dabei steht insbesondere das vielfältige Engagement der Freiwilligen in den Bereitschaften, der Wasserwacht, dem Jugendrotkreuz, der Bergwacht oder in der Wohlfahrts- und Sozialarbeit im Fokus.

Mehr als 400.000 ehrenamtlich Helfende sorgen in Deutschland dafür, dass Dunants Ideen bis heute lebendig sind und die Rotkreuz-Familie jederzeit gemeinsam für die Menschen da ist, die Hilfe benötigen. Sie sind unermüdlich jeden Tag für das DRK im Einsatz – und der Weltrotkreuztag ist ein guter Anlass, sie

zu feiern, ihre Arbeit im Zeichen der Menschlichkeit zu würdigen und um weitere aktive Mitstreitende sowie Unterstützende als Fördermitglieder zu werben. „Niemand braucht Vorkenntnisse“, betont DRK-Präsidentin Gerda Hasselfeldt: „Für alle, die sich engagieren möchten, werden Schulungen angeboten.“ Jede Unterstützung wird wertgeschätzt, denn selten war es aktueller und wichtiger als derzeit, die Idee des Roten Kreuzes zu leben, sie immer wieder in Erinnerung zu rufen und zu verbreiten.

**Sie möchten die Arbeit des DRK unterstützen oder mehr über die Angebote wissen? Ihr Kreisverband vor Ort informiert Sie gerne.**

# DRK Service Wohnen in Idstein: „Das passt zu uns!“

Es gibt viele Gründe, sich zu fragen, wie man im Alter leben möchte: Das eigene Zuhause passt nicht mehr zu den veränderten Bedürfnissen, ein Umbau wäre zu unbequem und kostspielig und manchmal fehlen Gesellschaft und Abwechslung. Auch das Ehepaar Berlin stellte sich die Frage, wie sie künftig wohnen möchten. Bis sie das Konzept „Service Wohnen“ vom DRK kennenlernten.

Im Nassauviertel in Idstein betreibt das DRK ein Wohnquartier mit modernen und barrierefreien Miet-Wohnungen. Diese Wohnungen bieten ein entscheidendes Plus für Menschen, die selbstbestimmt und sicher wohnen möchten: Die DRK Service-Leistungen. Eine Service-Kraft vom DRK sorgt vor Ort für Unterstützung bei Behördenangelegenheiten, Kontaktvermittlung zu Ärzten, Organisation von ambulanten Betreuungs- und Pflegediensten und vieles mehr. Das DRK Service Wohnen sorgt für das gute Gefühl, weiter unabhängig wohnen zu können, im Bedarfsfall aber kompetente Unterstützung zu erhalten.

## „Das ist was für uns!“

Als Dr. Erika Berlin und Dr. Bernd Berlin vom DRK Service Wohnen in Idstein hörte, dachten sich beide, „Das ist doch was für uns!“. Das Ehepaar war zwar gerade erst in eine Seniorenresidenz gezogen, hier jedoch nicht zufrieden mit den angebotenen Leistungen und ihrem Wohnumfeld.

Auf einem Immobilienportal lasen sie von der neuen Wohnanlage im Nassauviertel in Idstein mit barrierefreien Wohnungen und DRK Service Leistungen. Das klang interessant! Das Ehepaar Berlin vereinbarte einen Besichtigungstermin für eine der 2-Zimmerwohnungen. Die Entscheidung war einfach. **So wollten die Berlins künftig wohnen: Unabhängig, aber mit HausNotruf und weiterer Unterstützung bei Bedarf.**



Dr. Erika Berlin und Dr. Bernd Berlin

„Wir waren nach der Besichtigung der Wohnung wirklich begeistert“, schildert Bernd Berlin. „Die Wohnung ist neu, modern, hat ein barrierefreies Tageslichtbad und einen schönen Balkon. Die DRK Service Leistungen sind für uns entscheidend, denn so können wir weiter selbstbestimmt leben, haben aber die Sicherheit, dass wir im Bedarfsfall Unterstützung erhalten. Passend ist für uns auch, dass wir die umliegenden Supermärkte leicht zu Fuß erreichen können. Noch dazu ist Idsteins nette Innenstadt ist nicht weit und ich bin mit meinen Walking-Stöcken ruckzuck im Grünen.“

Der Sohn des Ehepaars Berlin, Jörn Berlin, freut sich, dass seine Eltern nun gut untergebracht sind. „Das Konzept DRK Service Wohnen gefällt mir gut. Ich freue mich, dass meine Eltern ihr Leben weiterhin nach ihren Vorstellungen gestalten können, aber bei Bedarf Unterstützung erhalten.“

## Haben Sie Interesse?

Rufen Sie uns an: 0611 / 4687-400.

DRK Soziale Dienste RMT gGmbH

Flachstr. 6, 65197 Wiesbaden

sd@drk-rmt.de

[www.drk-sozialdienste-rmt.de](http://www.drk-sozialdienste-rmt.de)



© J. Berlin

© DRK



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

DE 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 Jugendrotzkreuz, 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.



Hier geht's zu den Regeln →



## Saisonstart: Die 10 neuen Badesregeln für sicheren Wasserspaß

**Die Temperaturen steigen, die Freibäder öffnen, der See ruft – die Badesaison beginnt. Doch bevor wir uns ins erfrischende Nass stürzen, ist es wichtig, die neuen Badesregeln des Bundesverbandes zur Förderung der Schwimmbildung (BFS) zu kennen.**

Gemeinsam mit anderen im BFS organisierten Verbänden hat die Wasserwacht des Deutschen Roten Kreuzes zehn einheitliche und leicht verständliche Regeln entwickelt. Sie sollen sicherstellen, dass jede Person im und am Wasser eine gute Zeit hat und gleichzeitig für die Sicherheit aller sorgt.

„Wir raten allen Wasserbegeisterten, sich mit den Regeln vertraut zu machen. Angehörige von Kindern sollten sie regelmäßig mit den jungen Schwimmerinnen und Schwimmern wiederholen. Auch Menschen, die sich im Wasser sehr sicher fühlen, sollten die Regeln befolgen“, sagt Katy Völker, stellvertretende Bundesleiterin der Wasserwacht des Deutschen Roten Kreuzes. So kann es auch geübten Personen im Sommer passieren, dass das plötzliche Eintauchen in wesentlich kälteres Wasser zum Kälteschock und zu einer Schnappatmung führt. Dabei kann Wasser in die Atemwege geraten. Katy Völker betont: „Aus diesem Grund soll man sich abkühlen, bevor man ins Wasser geht.“

Wenn uns die sommerlichen Temperaturen ans Badegewässer locken, lautet die Badesregel Nummer 1: „Ich gehe nur baden, wenn ich mich gut fühle.“ „Gut fühlen heißt: ich bin gesund, ich fühle mich wohl im Wasser, ich friere nicht

und habe keine Angst,“ erklärt Katy Völker. Gerade Schwimmneulinge, die im Winter wenig geübt haben, spüren vielleicht beim ersten Freibadbesuch des Jahres Unsicherheit. Katy Völker bekräftigt: „Nur, weil andere ins Wasser gehen, muss ich nicht ins Wasser gehen, wenn ich mich nicht gut fühle. Wir sollten uns ehrlich fragen: Kann ich schon sicher schwimmen oder brauche ich eine enge Begleitung? Fühle ich mich mit der Wassertiefe oder der möglicherweise fehlenden Sicht im Gewässer wohl?“ Wer sich unsicher im Wasser fühlt, besucht am besten einen Schwimmkurs oder geht nur langsam und eng in Greifnähe begleitet in flaches Wasser.

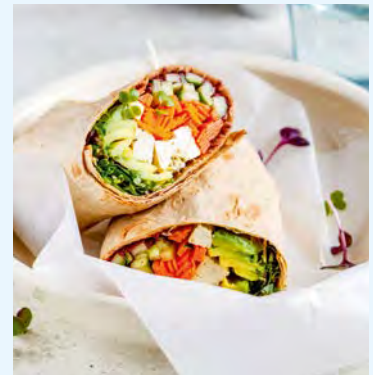
Vor dem ersten Schwimmausflug empfiehlt das DRK allen, die Badesregeln zu wiederholen. Die neuen Badesregeln sind „kinderleicht“, denn sie wurden mithilfe eines Sprachinstituts möglichst einfach formuliert und von Vorschulkindern getestet. Ergänzt werden sie durch ansprechende Grafiken, die das Verstehen und Einprägen der Regeln erleichtern. Außerdem hält die Wasserwacht des DRK weiterführende Erläuterungen und Hinweise zu jeder Regel bereit. Die Regeln gibt es in vielen verschiedenen Sprachen kostenlos zum Download – für Kinder sogar als Ausmalversion.

**Laden Sie die Badesregeln jetzt kostenlos herunter und machen Sie sich fit für die sichere Badesaison! Hier geht's zu den Regeln: [www.drk.de/wasserwacht/badesregeln-verhalten-am-und-im-wasser](http://www.drk.de/wasserwacht/badesregeln-verhalten-am-und-im-wasser)**

## Kleine Stärkung am Badesee gefällig?

**Vegane Wraps sind ein leichter Snack für unterwegs.**

1. Lieblingsgemüse putzen und der Länge nach in feine Streifen oder Scheiben schneiden, z.B. Paprika, Radieschen, Möhre, Avocado.
2. Salatherzen waschen, den Strunk entfernen und in Streifen schneiden.
3. Wraps mit je 2 Teelöffel veganem Aufstrich (z.B. Kichererbsen-Aufstrich) bestreichen, Salat und Gemüse darauf verteilen.
4. Nach Geschmack verfeinern, z.B. mit Sprossen, Sesam oder Schwarzkümmel.
5. Wraps zusammenrollen, in Butterbrotpapier wickeln, die Enden umschlagen, in der Mitte durchschneiden und zum Transport möglichst eng in eine Brotdose legen.



© vaaseena / adobe.stock.com

## Impressum

**DRK KV Wiesbaden e. V.**

**Redaktion:**  
Linda Hanemann

**Vi.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](mailto:info@drk-wiesbaden.de)

**Auflage:**  
online