



rotkreuz

Nachrichten

Ihr Mitgliederbrief Dezember 2020



UNSERE THEMEN

- DRK Wasserwacht – Mit Sicherheit am Wasser
- Flugdienst: Oldenburger DRK-Mitglied aus Spanien zurückgeholt
- Mehr Wertschätzung für die Freiwilligendienste
- Jugendrotkreuz auch in der Pandemie aktiv
- Achtsam beim Gehen

Liebe Leserinnen und Leser,

sich ehrenamtlich zu engagieren, ist mit großem Aufwand verbunden. Unsere Einsatzkräfte investieren viel Zeit und Energie in ihre Ausbildung, und sie tun alles, um ihr Wissen und Können auf dem neuesten Stand zu halten. Für viele DRK-Angebote brauchen wir ganz besonders qualifizierte Fachkräfte, die auch mit extremen Situationen umgehen können. Im Einsatz für andere kommen sie nicht selten selbst an ihre Grenzen. Diese Arbeit aufzuwerten und so auch aufrichtig „Danke!“ zu sagen, ist nicht nur der DRK-Präsidentin Gerda Hasselfeldt, sondern auch unserem Vorstand ein besonderes Anliegen.

In dieser Ausgabe stellen wir Ihnen unter anderem die Arbeit unserer Wasserwacht, sowie des Jugendrotkreuzes in dieser besonderen Zeit vor. Auch berichten wir über die Rückholung eines verletzten DRK-Fördermitgliedes durch den DRK-Flugdienst.

Für die Winter- und Weihnachtszeit wünsche ich Ihnen das Allerbeste. Die DRK-Gemeinschaft ist immer für Sie da, wenn Sie uns brauchen – so wie auch Sie verlässlich an unserer Seite stehen. Nehmen Sie uns beim Wort – und bleiben Sie gesund.



Herzliche Grüße Ihr

Birger Holz
Vorstandsvorsitzender



Foto: Johannes Neumann, DRK

DRK Wasserwacht – Mit Sicherheit am Wasser

Herausforderungen in Zeiten der Corona Pandemie

Die ehrenamtlichen Mitglieder der DRK Wasserwacht verfolgen das Ziel, für Sicherheit am, auf und im Wasser zu sorgen und dadurch den Ertrinkungstod zu verhindern. Dafür sind sie in Schwimmbädern, an Flüssen, Seen und Küsten im Einsatz. In der Schwimmhalle bilden sie vom Seepferdchen bis zum Deutschen Rettungsschwimmabzeichen (DRSA) Gold alles aus. Die aktiven Einsatzkräfte verfügen darüber hinaus über Kenntnisse aus den Fachgebieten Wasserrettung, Bootsdienst, Sanitätsdienst und Tauchen. Sie führen Aufsicht in Schwimmbädern, an Badeseen und Stränden und sichern Wassersportveranstaltungen professionell ab.

Die Pandemie erfordert ein Umdenken

Nachdem die Bäder im Frühjahr pandemiebedingt schließen mussten, Wassersportveranstaltungen bis zum Ende des Jahres abgesagt wurden und Kontaktbeschränkungen in Kraft traten, war ein Umdenken erforderlich. Die bisherigen Gruppenabende, Führungs- und Leitungsrunden und Fortbildungen konnten schnell auf den Onlinebetrieb umgestellt werden. So blieben die Ehrenamtlichen auch ohne die gewohnten wöchentlichen Präsenzveranstaltungen weiterhin in Kontakt. Die besondere Kameradschaft, oder die praktischen Übungseinheiten, können dadurch zwar nicht ersetzt werden, aber es wird ein wichtiger Schritt in Richtung Modernisierung und Digitalisierung im Ehrenamt gegangen.

Sichere Schwimmfähigkeit gewinnt an Bedeutung

Durch das Fehlen des Schwimmunterrichts in den Schulen, abgesagte Schwimmkurse für Kinder und das vermehrte Schwimmen in Badeseen statt Schwimmbädern, gewinnt das Thema sichere Schwimmfähigkeit zunehmend an Bedeutung. Als sicherer Schwimmer wird bezeichnet, wer die Disziplinen des Deutschen Schwimmabzeichens in Bronze sicher beherrscht. Besonders wichtig ist deshalb ein fortlaufendes Angebot der Wasserwacht an Schwimm- und Rettungsschwimmkursen. Unter Anwendung eines umfangreichen Hygienekonzeptes, welches neben dem Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes bis zum Erreichen des Beckenrandes, beispielsweise ein festes Partnersystem von der Anmeldung bis zum Abschluss der Ausbildung beinhaltet, konnte die (Rettungs-)schwimmausbildung nach den Sommerferien wieder aufgenommen werden. Der fest zur Ausbildung gehörende Theorieblock wird künftig in Form eines virtuellen Tagesseminars angeboten. Darüber hinaus ist die Anschaffung verschiedener Übungspuppen als Alternative für die Partnerübungen und zur realistischen Falldarstellung geplant.

Trotz Corona: organisierter Trainingsbetrieb weiterhin möglich

Die Fitness der ehrenamtlichen Einsatzkräfte der Wasserwacht spielt eine bedeutende Rolle bei der Aufrechterhaltung der Einsatz-

fähigkeit. Während die Bäder geschlossen waren, organisierte die Leitung der Wasserwacht für die Mitglieder ersatzweise ein Laufangebot im Freien, bei dem sich in Kleingruppen vor Ort getroffen und unter Einhaltung der Abstands- und Hygieneregeln Sport ausgeübt wurde. Auch das Schwimmhallentraining konnte nach den Sommerferien mit einigen Einschränkungen wiederaufgenommen werden. Alle Übungen im Training werden kontaktlos durchgeführt. Das beliebte Tiefwassertraining, bei dem die persönlichen Apnoefähigkeiten trainiert werden können, kann zurzeit leider nicht angeboten werden.

Aus- und Fortbildung sichert die Einsatzfähigkeit

Gut ausgebildete Einsatzkräfte, die für den Ernstfall gerüstet sind und wissen, wie sie zu handeln haben, bilden die Grundlage für die erfolgreiche Arbeit der DRK Wasserwacht. Deshalb wird auch in Pandemiezeiten versucht, ein regelmäßiges Angebot an Aus- und Fortbildung anzubieten. Die Sicherheit und Gesundheit der Einsatzkräfte steht aber selbstverständlich immer an erster Stelle.

Die Mitglieder der DRK Wasserwacht engagieren sich freiwillig und unentgeltlich für das Deutsche Rote Kreuz. Deshalb sind sie auf Spenden angewiesen. Leisten Sie einen wertvollen Beitrag und unterstützen Sie unser Ehrenamt.

Fördermitglied des DRK Kreisverband Oldenburg-Stadt e. V. per Ambulanzjet aus Fuerteventura nach Deutschland zurückgeholt

Gerne hätte unser 87-jähriges Mitglied den Aufenthalt auf Fuerteventura noch länger genossen. Leider stürzte die Frau schwer und erlitt einen Lendenwirbelbruch. Sie wurde ins Krankenhaus nach Fuerteventura verbracht und erstversorgt. Die Frau ist Fördermitglied des DRK Kreisverbandes Oldenburg-Stadt e. V. – und genau das war das Glück! Sie ist über den Verband beim DRK Flugdienst für genau solche Fälle abgesichert.

Ein Anruf des Ehemanns beim DRK Flugdienst in Düsseldorf reichte und die Mitarbeiter des Medical Operations Center (Leitstelle) begannen zu arbeiten. Drähte liefen heiß, E-Mails wurden geschrieben und ein Plan zur Rückholung wurde erarbeitet. Die Fördermitgliedschaft beim DRK Kreisverband Oldenburg-Stadt e.V. beinhaltet unter anderem eine garantierte weltweite Rückholung aus dem Ausland, wenn es medizinisch sinnvoll ist oder die Liegedauer im Krankenhaus 14 Tage oder länger dauert. Da ein nötiger operativer Eingriff erfolgen musste, der auch die Liegedauer über 14 Tage erfordern würde, fiel die Entscheidung gemeinsam mit den Spezialisten des DRK Flugdienstes das Mitglied per Ambulanzjet, begleitet durch einen Arzt und med. Personals, nach Deutschland zurück zu fliegen.

Nach der Entscheidung für eine Rückholung flog ein vom DRK Flugdienst be-



DRK Flugdienst im Hangar am Flughafen Düsseldorf

Foto: Wichert, Flugdienst Düsseldorf

auftragter Arzt und medizinisches Begleitpersonal mit einem Ambulanzjet nach Fuerteventura und übernahmen die Frau, die von einem örtlichen Krankentransportdienst zum Flughafen gebracht wurde, an Bord des Ambulanzjets. Der Arzt begleitete das Mitglied auf dem Rückflug von Fuerteventura nach Bremen. Dort wartete bereits ein Team des DRK-Rettungsdienstes, um die Patientin liegend, mit Hilfe einer Vakuummatratze in das Evangelische Krankenhaus nach Oldenburg zu bringen.

Die Kosten des Transportes in Höhe ca. 50.000 € trägt der DRK Flugdienst. Der Frau entstanden keine Kosten und sie

wurde innerhalb von 6 Tagen sicher ins Heimatnahe Krankenhaus verbracht. Durch die Fördermitgliedschaft beim DRK Kreisverband Oldenburg-Stadt e.V. unterstützen Sie nicht nur Ihr Rotes Kreuz vor Ort bei der Bewältigung vielfältiger Aufgaben, sondern auch das Rote Kreuz bei weltweiten Hilfsprojekten. Sie sehen anhand dieses Beispiels, dass auch Sie im Bedarfsfall von der Fördermitgliedschaft profitieren und Ihr Rotes Kreuz weltweit für Sie da ist!

Werden Sie Mitglied in unserem Kreisverband.
www.drk-ol.de

Mehr Wertschätzung für die Freiwilligendienste

In der Pandemie zeigt sich einmal mehr, wie wichtig ehrenamtliches und freiwilliges Engagement für unsere Gesellschaft ist. Das DRK bietet allein im Freiwilligen Sozialen Jahr (FSJ) 12.000 Plätze an – mehr als jeder andere Wohlfahrtsverband. Hinzu kommen rund 3.000 Plätze beim Bundesfreiwilligendienst (BFD). Um diese Einsätze attraktiver zu machen, fordert DRK-Präsidentin Gerda Hasselfeldt neben einer Erhöhung des Taschengeldes von bislang wenigen Hundert Euro im Monat auch kostenlose Bahn- und ÖPNV-Tickets für alle Freiwilligen. Außerdem könnten die schulischen Abschlussnoten nach einem Freiwilligendienst um 0,2 Punkte verbessert werden, schlägt Hasselfeldt vor – und für ein Jahr Freiwilligendienst könne ein Rentenpunkt veranschlagt werden. Die DRK-Präsidentin begrüßt auch die Debatte um ein Pflichtjahr für alle sowie den „Freiwilligen Wehrdienst im Heimatschutz“ bei der

Bundeswehr. Kritisch allerdings sieht sie, dass dieser militärische Dienst monatlich mit rund 1.500 Euro vergütet wird. Der Unterschied im Vergleich zum Taschengeld bei den „klassischen“ Freiwilligendiensten sei zu groß, kritisiert Hasselfeldt: „Es darf nicht der Eindruck eines Zweiklassensystems zwischen zivilem und militärischem Dienst entstehen.“ Das könne zu Frustration bei denjenigen führen, die sich im Rahmen der Freiwilligendienste in der Altenpflege, in Kitas, in der Jugendhilfe oder anderen sozialen Bereichen engagieren.

Sie möchten uns im Kreisverband freiwillig unterstützen? Wir beraten Sie gerne.

Umfangreiche Informationen gibt es auch auf der Informationsseite: www.freiwilligendienste.drk.de



Foto: Sdrean Filzmoser

Jugendrotkreuz auch in Pandemiezeiten aktiv

Kindern und Jugendlichen spielerisch Erste Hilfe beibringen, Gemeinschaft erleben und Freundschaften schließen. Das und vieles mehr zeichnet das Jugendrotkreuz aus. Und so war auch schnell klar, dass unsere Jugendlichen in Zeiten von „Social Distancing“ die Gemeinschaft und die Nähe nicht missen möchten – aber mit Abstand und unterstützt durch digitale Aktionen.

Als Ersatz für den diesjährigen Landeswettbewerb gab es einen digitalen Sommerwettbewerb. Hierzu konnten sich Kleingruppen aus dem gesamten Landesverband Oldenburg anmelden und über sieben Wochen lang Aufgaben lösen und diese über eine geschützte Website hochladen. Es gab wöchentlich neue Herausforderungen rund um die Themen soziales Engagement, Rotkreuzwissen, Erste Hilfe, sowie Spiel & Spaß. Die Ergebnisse wurden zum Teil auf den Social-Media-Kanälen des Landesverbandes veröffentlicht. Selbstverständlich beteiligte sich das Jugendrotkreuz unse-

res Kreisverbandes an diesem Wettbewerb. Mit Feuereifer machte sich unser Nachwuchs an die Lösung der Aufgaben und wie es sich für Wettbewerbe gehört, fand auch eine Platzierung statt. Den ersten Platz belegte dabei eine Gruppe des Jugendrotkreuzes aus unserem Kreisverband.

Neben den digitalen Wettbewerben und Gruppenstunden gibt es auch immer wieder persönliche Gruppentreffen, die in festen Teams stattfinden. Die Freude ist jedes Mal groß, wenn wieder gemeinsam gespielt werden kann, oder man in Fallbeispielen Wundverbände bei sich selbst anlegt. Bei uns ist keiner allein! Wir sind mit Abstand die besten, so die einhellige Meinung unserer Jugendrotkreuzler.

Sie möchten mehr über das Jugendrotkreuz wissen oder aktiv mitwirken? Weitere Infos finden Sie unter www.drk-ol.de/angebote/engagement/jugendrotkreuz

Schritt für Schritt im Hier und Jetzt

Meditieren hilft, ausgeglichener zu werden. Bei der Gehmeditation können Sie die Achtsamkeitsübung mit frischer Luft und Licht verbinden. Dabei gibt es verschiedene Techniken. Einige mögen es, die Berührung der Fußsohle mit dem Untergrund zu beobachten. Andere konzentrieren ihren Geist auf die Geräusche, die um sie herum sind. Bei der folgenden Gehmeditation verbinden Sie das Gehen mit dem Atmen.

Anleitung: Gehen Sie sehr langsam einen Schritt und atmen Sie gleichzeitig ein. Bei einem weiteren konzentrierten Schritt atmen Sie wieder aus. Achten Sie darauf, dass es für Sie angenehm ist. Nach wenigen Minuten ändern Sie diesen Rhythmus, indem Sie jede Atemphase mit zwei Schritten verbinden: zwei Schritte einatmen, zwei Schritte ausatmen. Nehmen Sie dabei die Natur um sich herum wahr und spüren Sie die vitale Energie, die von ihr ausgeht. Lächeln Sie! Gehen Sie zu Beginn nur wenige Minuten. Schließen Sie anschließend nun für einen Moment die Augen und spüren Sie nach, wie sich Ihr Körper jetzt anfühlt.

Impressum

DRK-KV Oldenburg-Stadt e. V.

Redaktion:
Mathias Melchior,
Birger Holz

V.i.S.d.P.:
Mathias Melchior

Herausgeber:
DRK-KV Oldenburg-Stadt e. V.
Schützenhofstraße 83/87
26135 Oldenburg
Tel.: 0 44 1 77 93 30
<https://www.drk-ol.de>
info@drk-ol.de

Auflage:
3.000

Spendenkonto:
Oldenburgische Landesbank
IBAN:DE78 2802 2005 0142 1657 04