

# Rotkreuz

Für Mitglieder, Freunde und Förderer  
aus dem Stadt- und Landkreis Karlsruhe

# MAGAZIN

04/2022

**Hausnotruf**  
Rettung aus Sicht  
einer Patientin

**JRK-KAMPAGNE**  
Kinderrechte werden  
LAUT STARK vertreten

**SAN-DIENST**  
Ehrenamt leistet  
im Sommer viele  
Einsatzstunden

**KINDER-  
PROGRAMM**

Kleine mal  
ganz groß!

**DRK-MEDIZIN-  
AKADEMIE**  
Epilepsie bei Kindern



# Titel

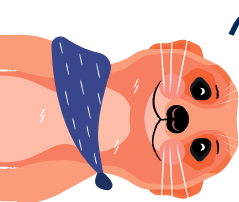
**Ferispaß pur! Viele Kids konnten in den Sommerferien bei den Ortsvereinen das Rote Kreuz und seine Arbeit kennenlernen.**



# Inhalt



**Der Sommer 2022 brachte viele Feste und Veranstaltungen hervor. Das Ehrenamt war zum Sanitätsdienst vor Ort.**



# 14

**Die neue Kampagne des JRK beschäftigt sich mit den Kinderrechten und wird laut!**

**Der Wechsel an der Führungsspitze geglückt: Wir stellen Lisa Gruber und Daniel Schneider vor.**



## DEUTSCHLAND & WELTWEIT

Rettungsdienst erreicht Belastungsgrenze ..... Seite 4

## AUS DEM DRK-KREISVERBAND

Die Neuen sind da! ..... Seite 5  
 Führungsspitze im Portrait ..... Seite 6+7  
 DRK-Kreisverband auf der offerta ..... Seite 8  
 Tag der Sicherheit in Bruchsal ..... Seite 9  
 Es war einmal (k)ein Notfall ..... Seite 10+11  
 Verkehrsunfall als Übungsszenario ..... Seite 12  
 Rückholddienst erfolgreich ..... Seite 13  
 Neue JRK-Kampagne ..... Seite 14–16

## AUS DEM EHRENAMT

Blutspenden ..... Seite 17  
 Sommer, Sonne, San-Dienst ..... Seite 18+19  
 Aus dem Seminarprogramm ..... Seite 20  
 Doppelleben ..... Seite 21  
 Kindernotarztwagen sagt Danke ..... Seite 22+23  
 Kurzmeldungen ..... Seite 24+25  
 Kinderprogramme der Ortsvereine ..... Seite 26+27  
 Aus den Ortsvereinen ..... Seite 28  
 Rätsel ..... Seite 29

## MEDIZIN & PRÄVENTION

Epilepsie bei Kindern ..... Seite 30+31  
 Mentale Gesundheit ..... Seite 33  
 Der Nutri Score ..... Seite 34+35

## IMPRESSUM

**Herausgeber:** Deutsches Rotes Kreuz, Kreisverband Karlsruhe e. V., Am Mantel 3, 76646 Bruchsal, Tel.: 07251 922 0

**Verantwortlich für den Inhalt:** Daniel Schneider, Kreisgeschäftsführer **Internet:** [www.drk-karlsruhe.de](http://www.drk-karlsruhe.de)

Volksbank Karlsruhe, IBAN: DE58 6619 0000 0000 0331 11, BIC: GENODE61KA1

Sparkasse Kraichgau, IBAN: DE92 6635 0036 0000 0680 08, BIC: BRUSDE66XXX

**Redaktion & Layout:** Anja Wenz, DRK-Kreisverband Karlsruhe e. V., Stabsstelle Presse- u. Öffentlichkeitsarbeit, Ettlinger Straße 13, 76137 Karlsruhe, Tel.: 07251 922 186, Fax: 07251 922 179, E-Mail: [redaktion@drk-karlsruhe.de](mailto:redaktion@drk-karlsruhe.de)

**Anzeigen:** Anja Wenz, Tel.: 07251 922 186, E-Mail: [redaktion@drk-karlsruhe.de](mailto:redaktion@drk-karlsruhe.de). Die Anzeigen in dieser Ausgabe dienen der Refinanzierung des Rotkreuz Magazins. Werbliche Inhalte sind keine Empfehlung des Herausgebers.

**Druck:** BADISCHE NEUESTE NACHRICHTEN Badendruck GmbH, Karlsruhe. Diese Zeitschrift ist auf umweltfreundliches Recyclingpapier gedruckt. **Auflage:** 36.500 Exemplare

**Adressänderung?** Bitte kurze Info an [mitglieder@drk-karlsruhe.de](mailto:mitglieder@drk-karlsruhe.de) oder telefonisch 07251 922 160

**Redaktionsschlüsse:** Januar-Ausgabe: 21. November, April-Ausgabe: 15. März, Juli Ausgabe: 14. Juni; Oktober Ausgabe: 13. September

**Schriftgröße:** Für eine optimale Lesbarkeit drucken wir den Lauftext im Magazin mit 10 pt.



## Heribert Rech

PRÄSIDENT DES DRK-KREISVERBAND KARLSRUHE E.V.

**Liebe Kameradinnen und Kameraden,  
liebe Mitglieder, Förderer und Freunde,  
liebe Ehren- und Hauptamtlichen Kolleginnen und Kollegen,  
liebe Unterstützende des DRK-Kreisverband Karlsruhe,**

die Führungsspitze in unserem Kreisverband ist neu aufgestellt. Daniel Schneider und Lisa Gruber haben seit 1. Juni mit großem Elan und wegweisenden Ideen die Nachfolge von Jörg Biermann angetreten, gestützt auf das uneingeschränkte Vertrauen des gesamten Präsidiums. Der nahtlose Übergang ist gelungen. Ich freue mich, Ihnen das neue Team auf Seite 6/7 in dieser Ausgabe des Rotkreuz Magazins vorstellen zu können. Vervollständigt wird unsere Geschäftsstelle mit Jennifer Schlaier, die als Referentin der Geschäftsführung bisher schon die Fäden fest und zuverlässig in der Hand hielt.

Große Aufgaben werden unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter schon in den kommenden Monaten herausfordern. Um nur zwei davon zu nennen: Von Oberbürgermeistern und Bürgermeisterinnen in Baden-Württemberg höre ich die immer drängendere Sorge um die Unterbringung der Menschen, die Zuflucht und Schutz bei uns suchen. Bisher ist es gelungen, die Flüchtlinge, vor allem aus der Ukraine, aber auch aus anderen Ländern, vorübergehend unterzubringen. Auch das DRK-Karlsruhe hat mit einer beispielhaften Aktion für einen schnellen Aufbau einer Unterkunft für hunderte von Geflüchteten in den Messehallen Karlsruhe gesorgt und damit einen entscheidenden Beitrag für den Landkreis geleistet. Dafür danke ich den über 300 haupt- und ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern. Sie alle stehen für eine Gesellschaft mit menschlichem Gesicht! Die Zusammenarbeit zwischen Ehrenamt und Hauptamt funktioniert!

Aber jetzt sind die Kapazitätsgrenzen der dafür zuständigen Stadt- und Landkreise erreicht. In diesem Jahr sind bisher 130.000 Menschen nach Baden-Württemberg geflüchtet, allein 118.000 aus der Ukraine. Und die Zugangszahlen werden im andauernden bewaffneten Konflikt in der Ukraine weiter steigen.

Ein Ende ist nicht in Sicht. Absehbar ist hingegen, dass künftig die Belegung von Sporthallen wieder in Erwägung gezogen werden muss. Um dies zu vermeiden, wird ganz sicher auch das DRK erneut gefragt sein. Die Menschen zählen in ihrer größten Not auf unsere Hilfe. Wir werden sie nicht im Stich lassen!

Nicht im Stich lassen dürfen wir auch die vielen Menschen, die in einer oft lebensbedrohlichen Lage unseren Rettungsdienst brauchen. Aber die Personalnot ist derzeit, vor allem wegen der Corona bedingten Ausfälle, sehr einschneidend. Nicht in jedem Fall kann ein Rettungseinsatz die vorgeschriebene Hilfsfrist von 12–15 Minuten einhalten. Wir ringen Tag für Tag um Abhilfe. Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter arbeiten bis an ihre Belastungsgrenze, oftmals darüber hinaus.

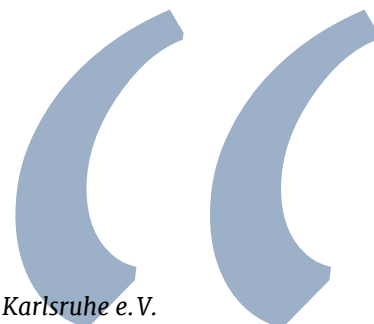
Ich bin dankbar dafür, dass das Klima, das Miteinander in unserer Belegschaft trotz aller Belastungen, so gut ist. Ein Rotkreuzler hat mir heute bestätigt: „Bei uns gibt es keine Ellenbogen!“ Das sagt

alles. Und deshalb bin ich mit Stolz ein Gleicher unter Gleichen.

Liebe Leserinnen und Leser, bleiben Sie uns auch in schwieriger Zeit treu. Mit Ihrer finanziellen Unterstützung helfen wir Menschen in Not.

Ihr

Heribert Rech  
Innenminister BW a.D.  
Präsident des DRK-Kreisverband Karlsruhe e.V.



# DRK-Rettungsdienst in Baden-Württemberg erreicht Belastungsgrenze



**Das Rote Kreuz in Baden-Württemberg verzeichnet eine verschärfte Personalsituation im Rettungsdienst.**

Trotz aller Schutzmaßnahmen steigt die Zahl der Corona-Infektionen bei den Mitarbeitenden von Tag zu Tag. In der Folge sind deutlich längere Quarantänephasen und Krankheitszeiten von bis zu 20 Tagen zu verkraften. Das verbleibende Personal befindet sich an der Belastungsgrenze. Dies gefährdet temporär die flächendeckende Sicherstellung eines schnellen Rettungsdienstes.

## Flexibilität und Solidarität

„Die Kolleginnen und Kollegen geben ihr Bestes, verzichten auf Urlaub und übernehmen immer wieder kurzfristig Zusatzschichten. Wir versuchen mit großer Flexibilität und Solidarität Personalengpässe auszugleichen, damit der Betrieb überall weitergehen kann. Aber auch das hat seine Grenzen“, so Marcus Schauer, Leiter Team Rettungsdienst beim DRK in Baden-Württemberg.

Die Problematik betreffe nicht nur die Notfallrettung, sondern auch den Krankentransport. Das Rote Kreuz greife mittlerweile auch auf ehrenamtliche DRK-Einsatzkräfte mit den notwendigen Qualifikationen für den Einsatz im Rettungsdienst zurück, die einspringen, wo immer es geht.

Dass aufgrund einer ebenfalls angespannten Personalsituation viele Kliniken bereits Aufnahmestoppes verhängen müssen, verstärkt das Problem. „Die Einsatzzeiten verlängern sich, wenn das eigentlich nächste geeignete Krankenhaus nicht aufnahmebereit ist. Das Fahrzeug und seine Besatzung stehen in der Zeit nicht für die Versorgung weiterer Notfälle zur Verfügung“, so Birgit Wiloth-Sacherer, Landesgeschäftsführerin des DRK-Landesverbands Badisches Rotes Kreuz.

## Ausnahmeregelungen

Um der schwierigen Lage zu begegnen, wurden mit dem Innenministerium Baden-Württemberg Ausnahmeregelungen definiert. Doch ist die Lage noch nicht entschärft. Darüber hinaus erhöht sich derzeit das Einsatzaufkommen und damit die Belastung der Mitarbeitenden aufgrund der Hitzewelle noch weiter.

Solange sich die Personalsituation nicht nachhaltig verbessert, ist eine schnelle Rettung nicht immer zu garantieren: Selbstverständlich komme nach wie vor zu jedem Notfall ein Rettungswagen, allerdings müsse man den Patienten im Einzelfall längere Wartezeiten zumuten, so Marcus Schauer.

## Verkürzung der Hilfsfrist

Die Änderung der Hilfsfrist im neuen Rettungsdienstplan, welcher zum 01.09.2022 in Kraft getreten ist, hat als Zielerreichung eine Hilfsfrist von zwölf Minuten in 95 Prozent der Notfalleinsätze angesetzt. Unumstritten lässt sich bejahen, dass eine Reduzierung der Hilfsfrist von 15 Minuten auf zwölf Minuten, und somit ein früheres Eintreffen beim Notfallpatienten, über einen verbesserten Gesundheitszustand der Patienten entscheiden kann. Zu berücksichtigen ist jedoch, dass bereits die steigenden Einsatzzahlen, aber nun auch noch die Verkürzung der Hilfsfrist zu deutlichen, weiteren Vorhalterweiterungen führen werden. Hierzu gilt es, in den nächsten Jahren über eine fundierte Ausbildung und eine gute Mitarbeiterbindung die Personalsituation zu entspannen.

# DIE NEUEN SIND DA!

#WARUM

#DARUM

Nach den Sommerferien begann für viele junge Menschen ein neuer Lebensabschnitt. Vielleicht stand der Wechsel an die Uni oder eine andere Schule an. Auch wir haben Zuwachs bekommen. Der Freiwilligendienst ist sozusagen die Schule des Lebens. Bei einem Freiwilligen Sozialen Jahr oder dem Bundesfreiwilligendienst steht der Mehrwert für die Gesellschaft im Vordergrund.

Der DRK-Kreisverband Karlsruhe heißt seine elf neuen Freiwilligen herzlich willkommen und stellt sie Ihnen kurz vor. Wir haben zudem allen die Warum-Frage gestellt, lesen Sie ihre Antworten:

ICH MACHE MEINEN  
FREIWILLIGENDIENST  
BEIM DRK, WEIL ...

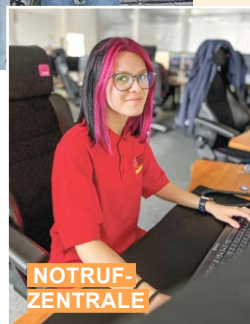


© Bilder: DRK KV KA



DRK-SCHUTZRAUM  
CHRISTIAN GRIESBACH HAUS

v. l. n. r.: Alina (22), Abdullah (19),  
Niklas (19), Hifsa (18)



NOTRUF-  
ZENTRALE

Jana (19)



ESSEN AUF RÄDERN

v. l. n. r.: Till (18), Jascha (18), Natnael (19)

... ich Notfallsanitäterin werden möchte und das DRK sehr gute Ausbildungs- bzw. Vorbereitungsmöglichkeiten bietet. (Alina)

... ich mehr über mich selbst lernen will und anderen Menschen helfen möchte. (Abdullah)

... ich helfen möchte und mich dadurch weiterentwickeln kann. (Niklas)

... es Menschen in vieler Weise unterstützt und ich ein Teil davon sein möchte. (Hifsa)

... weil ich mich vor meiner Ausbildung im sozialen Bereich engagieren möchte. (Jana)

... ich der Allgemeinheit, nach der Schule, in Form eines FSJ's etwas zurückgeben wollte. (Till)

... ich meinen Mitmenschen einfach helfen möchte. (Jascha)

... ich mich sozial engagieren und persönlich weiterentwickeln möchte. (Natnael)

MACH' MIT!

Die BFD- oder FSJ-Stellen im DRK-Kreisverband sind aber keinesfalls schon alle besetzt. Beispielsweise im Bereich Essen auf Rädern, dem Sozialkaufhaus W54 und der Flüchtlingsunterkunft haben wir noch freie Stellen. Bewerben Sie sich!

DRK-Geschäftsstelle Karlsruhe  
Andrea Welker  
Ettlinger Straße 13  
76137 Karlsruhe  
Telefon: 07251 922 181  
E-Mail: [bewerbung@drk-karlsruhe.de](mailto:bewerbung@drk-karlsruhe.de)



# JUNGES DUO MIT WEITBLICK

## Die neue Führungsspitze im Portrait

### STECKBRIEF DANIEL SCHNEIDER

ALTER: 34

WOHNORT: Wiesental  
STUDIUM: Bachelor  
of Arts Dienstleistungs-  
management

MOTTO: Aufgeben ist  
keine Option

ZULETZT GEHÖRTES

BUCH: Peter v. Brett:  
Demon Cycle

LIEBLINGSESSEN:

Schinkennudeln

DARÜBER MUSS ICH

LACHEN: Trockener Humor

DAS WERDE ICH

NIE VERSTEHEN:

Nicht zu helfen, obwohl  
man es könnte

DREI WORTE ÜBER LISA:

vertrauensvoll,  
zuverlässig, fleißig

**Zum 1. Juni 2022 wurde der Wechsel an der Führungsspitze des DRK-Kreisverbandes Karlsruhe vollzogen. Gespickt mit Fragen werfen wir mit dem Duo Lisa Gruber, stellvertretende Geschäftsführerin, und Daniel Schneider, Kreisgeschäftsführer, drei Blickwinkel auf: nahe Vergangenheit, Gegenwart, Zukunft.**

Zunächst schauen wir zurück, auf die nun knapp fünf Monate der Amtszeit. Beide wurden gebeten diese Zeit in drei Worten zu beschreiben. Daniel Schneider wählte: offen, aufregend, schön. Lisa Gruber ergänzte mit: spannend, dynamisch, herausfordernd. Diese in Summe sechs Worte lassen durchschimmern, dass bereits viel auf die Beiden eingepresselt ist. Dass sie aber voller Elan sind und sich auf die Herausforderung freuen, wird während des Interviews immer wieder deutlich.

Der Fülle der Termine und Ereignisse geschuldet, war es sichtlich nicht einfach sich rückblickend direkt zu erinnern, um die Frage zu beantworten: „Was war die allererste Amtshandlung in der neuen Funktion?“. Beide schauen sich an, wälzen die Erinnerungen der vergangenen Wochen, bevor sie zu den Terminkalendern hechten. Lisa Gru-

ber findet die Bestellung der neuen Visitenkarten. Die für ihren neuen Chef hatte sie als Überraschung direkt mitbestellt. Letztlich kommen sie aber zum Schluss, den offiziellen Meilenstein als erste Amtshandlung nennen zu wollen: Die Verabschiedung von Jörg Biermann. Der scheidende Geschäftsführer hatte am 3. Juni seine Wegbegleiter zur Abschiedsparty eingeladen. Seine Nachfolger nutzten den Rahmen, um auch im Namen der Belegschaft, ein Abschiedsgeschenk zu überreichen.

Die Verteilung der Aufgabenfelder haben sie bereits erledigt. Daniel Schneider betreut weiterhin die Geschäftsbereiche rund um den Rettungsdienst oder beispielsweise den Hausnotruf. Aber auch das politische Netzwerken liegt in seiner Verantwortung. Seine Stellvertreterin kümmert sich mehrheitlich um die sozialen Felder im Kreisverband. Als Beispiele dienen hier Essen auf Rädern oder das Flüchtlingsheim. Daniel Schneider betont aber: „Wir unterstützen uns immer gegenseitig, wo gerade am meisten Bedarf ist.“ Was sich für das Duo zudem verändert hat, sind die Einträge im Terminkalender. Als „bunter“ wurden sie beschrieben. Der Abstimmungsaufwand ist viel wichtiger geworden. Wehmütig lachend haben sie festgestellt, dass sie die Hoheit über den Kalender verloren haben. Als Referentin der Geschäftsführung übernimmt dies Jennifer Schlaier.



Das Rote Kreuz tragen beide stolz auf ihren Fahnen. Dass unweigerlich auch Persönliches in die Arbeit einfließen wird, ist nur logisch. Sie teilen aber die Auffassung, dass das langfristige Ziel über den eigenen Befindlichkeiten steht. „Jörg Biermann hat viele Grundsteine gelegt und Wege bereitet, diese möchten wir weitergehen. Die Gemeinschaft der Hilfsorganisation werden wir weiter vertiefen, Ehrenamt und Hauptamt enger verzahnen,“ sagt Lisa Gruber. „Das Ziel muss sein, erfolgreich zu wirtschaften, um den sozialen Bereich durchführen zu können“, ergänzt Daniel Schneider.

Womit wir auf die Herausforderungen der kommenden Monate und Jahre zusprechen kommen. Der Kreisgeschäftsführer beschreibt es so: „Der Personalmangel insgesamt ist äußerst angespannt. Die Schaffenskraft ist ausschlaggebend, ob wir die Zukunft des Kreisverbandes sichern können und den Weg gehen können, den wir eingeschlagen haben.“ „Wir müssen die Attraktivität des DRK-Kreisverbandes als Arbeitgeber weiter steigern und die Führungskräfte stärken,“ ergänzt Lisa Gruber. Vor der Mammut-Aufgabe „Mitarbeiterbindung“ stehen fast alle. Das DRK-Gen trägt nicht jeder von selbst in sich. Die Gewichte „Rotes Kreuz = größte Hilfsorganisation“ und „sicherer Arbeitgeber mit Werten“ kann der DRK-Kreisverband aber grundsätzlich in die Waagschale Suchender legen.

Spricht man über die Waagschale des täglichen Zusammenarbeitens, sind sie sich zumindest in der Hinsicht einig, dass sie sich nicht einig sind. Beide vertreten ein klares „Nein, wir sind nicht immer derselben Meinung.“ Darin liegt aber auch ein

großer Vorteil, beteuern sie. „In solchen Fällen gehen wir die Themen kontrovers an und finden am Schluss einen guten Kompromiss. Kommunikation ist das A und O. Um es medizinisch auszudrücken, ist das Reden ein Allheilmittel für ein harmonisches Miteinander.“

Ein „Gegenmittel“ für den Stress im Arbeitsalltag hat auch an Bedeutung gewonnen, aber auf die Frage nach jener Kompensation können beide nur lachen. Viel Zeit bleibt tatsächlich nicht. Daniel Schneider und seine Frau leben in Wiesental und haben einen Hund, welcher auch seine Zeit einfordert. Sein Ehrenamt im dortigen Verein möchte er noch nicht missen. Auch bei Lisa Gruber sind es fellige Mitbewohner, die für einen Ausgleich sorgen und sich freuen, wenn Frauchen pünktlich Zuhause ist. Tierschutz ist der Walldorferin wichtig.

Abschließend bleibt die Frage, was das Duo dem Kreisverband wünscht? Auch hier ergänzen sie sich bestens: Sie nennt die zufriedenen MitarbeiterInnen, denn sie sind die Basis von allem. „Unsere Branche ist die Menschlichkeit. Wir arbeiten mit Menschen am Menschen. Das ist unser wichtigstes Gut.“ Nicht zu vernachlässigen sind die Mittel, die dazu nötig sind. So liegt ihm der Wunsch nach politischer und öffentlicher Rückendeckung am Herzen.

Auch wenn große Wünsche auf dem Zettel stehen, tragen beide eine ebenso große Dankbarkeit in sich. „Wir sind unendlich dankbar, für die Chance, uns beweisen zu dürfen. Dieser Dank für den Vertrauensvorschuss geht an das Präsidium und die gesamte Belegschaft. Wir geben unser Bestes!“

AM MANTEL 4A



Deutsches  
Rotes  
Kreuz

Kreisverband Karlsruhe e. V.

Rettungswache  
Ausbildungszentrum  
Redundanz-Leitstelle



**KV Si BW**

Sicherstellung & Service



Zufahrt + Parkplätze

## STECKBRIEF LISA GRUBER

ALTER: 36 WOHNORT: Walldorf STUDIUM: Bachelor of Arts BWL MOTTO:

Wenn nicht wir, wer dann? ZULETZT GELESENES BUCH: Schreib oder stirb

von Sebastian Fitzek LIEBLINGSESSEN: Pasta DARÜBER MUSS ICH LACHEN:

Simon's Cat DAS WERDE ICH NIE VERSTEHEN: Egoismus, das Weltall

DREI WORTE ÜBER DANIEL: solidarisch, verbindlich, ehrlich

# WIR SIND WIEDER DABEI!

50 Jahre offerta – wir feiern mit!  
Die große Verbrauchermesse  
offerta verwandelt die Karlsruher  
Messehallen vom 29. Oktober bis  
zum 6. November 2022 wieder  
zum Shopping-Paradies. Auch der  
DRK-Kreisverband Karlsruhe e.V.  
ist wieder mit dabei und in Halle 3,  
Stand N.80, anzutreffen.

# offerta

Halle 3,  
Stand N.80,  
10-18 Uhr,  
Messeallee 1,  
Rheinstetten

## Besuchen Sie uns!

Sie interessieren sich für unsere  
DRK-Notrufsysteme, Essen auf Rädern,  
einen Erste-Hilfe-Kurs oder wollten  
schon immer einmal wissen, wie eine  
Blutspende genau abläuft? Dann sind  
Sie am Stand des Deutschen Roten  
Kreuz Kreisverband Karlsruhe e.V.  
genau richtig.



© DRK KV KA



© DRK KV KA

Auch in diesem Jahr haben wir einen  
spannenden Messestand für Sie geplant.  
Ein Besuch lohnt sich!

## Aus nächster Nähe

Bei uns haben Sie die Chance einen  
Rettungswagen zu erkunden und

mit den RetterInnen ins Gespräch  
zu kommen. Auch die Augeninnendruckmessung  
planen wir wieder vorzunehmen. Unser Igel  
Erwin wird natürlich auch Zeit finden, sich um  
die jungen und jung gebliebenen Gäste zu  
kümmern. Wir freuen uns auf tolle  
Messe Tage mit Ihnen!



**ÜBER 20 RETTUNGS- UND HILFSORGANISATIONEN PRÄSENTIERTEN SICH AM „TAG DER SICHERHEIT“ IN BRUCHSAL**

# Erleben und Mitmachen

Rettungseinsätze sind spektakulär und locken leider meist Schaulustige an. Allerdings kann dies im Ernstfall für alle Beteiligten gefährlich sein. Im Gegensatz zu solchen Situationen, konnten die BesucherInnen am „Tag der Sicherheit“ – völlig gefahrenlos – spannende Einblicke in die Arbeit der Rettungskräfte der Blaulichtorganisationen gewinnen.

## Blaulicht in der Fußgängerzone

Am Sonntag, den 25. September 2022, in der Zeit von 13 bis 17 Uhr, veranstaltete die Feuerwehr Bruchsal den „Tag der Sicherheit“. In der gesamten Fußgängerzone konnten neben der Feuerwehr, 20 weitere Organisationen anhand von Schauübungen, sowie verschiedenen Informationsständen von ihrer Arbeit überzeugen. Trotz des Wetters, waren die leuchtenden Augen der kleinen aber auch großen Besucher nicht zu übersehen.



Wie befreit die Feuerwehr eingeklemmte Verunfallte aus Unfallfahrzeugen? Wie rettet man Menschen nach Starkregen aus der Strömung? Welche sind die ersten Maßnahmen nach einem Unfall? Diese und viele weitere Antworten lieferten die Hilfs- und Rettungsdienste aus der Region am „Tag der Sicherheit“.

## Anschauen und anfassen

Am Stand des DRK-Kreisverband Karlsruhe e. V. nutzen viele BesucherInnen die Gelegenheit in den Rettungswagen und den Gerätewagen „Erstversorgung Einsatzkräfte“ (GW-EvE) reinschauen und sich erklären zu lassen wie diese ausgestattet sind. Nach kurzem Zögern konnten auch die zurückhaltendsten kleinen BesucherInnen von den Blaulichtfahrzeugen überzeugt werden.



Auch die Bereitschaft der Psychosozialen Notfallversorgung gab wertvolle Einblicke in deren Arbeit. Die Bewältigung von kritischen Lebensereignissen ist für Betroffene, beispielsweise nach einem schweren Unfall, unerlässlich.

*„Leben retten ist einfach – jeder kann es tun.“*

**Ausbilder Andreas Raupp**

Die Übung zur Wiederbelebung rundete das spannende Angebot des Kreisverbandes ab. Dabei durften natürlich auch die Passanten die Reanimation direkt am Stand trainieren. Dort erklärte und zeigte der DRK-Ausbilder Andreas Raupp die wichtigsten Schritte.



# **E**s war einmal (k)ein Notfall,

*Rettung aus  
der Sicht einer  
Patientin.*

## aber Hilfe war trotzdem notwendig!



„Mir wurde erst ganz komisch, dann kurz schwarz vor Augen und nun lag ich in der prallen Sonne und kam von alleine nicht mehr hoch“, schildert eine Notrufsystem-Kundin aus Karlsruhe, ihre erst kürzlich unglückliche Situation dem Disponenten der Notrufzentrale.

### **Die Patientin**

„Mein Name ist Heidi und ich bin mittlerweile stolze 75 Jahre alt. Noch nie hatte ich mir bisher Gedanken über einen Hausnotruf gemacht, dafür bin ich ja doch noch viel zu jung, dachte ich immer. Letzte Woche Dienstag kam meine Tochter aber auf mich zu und meinte, sie gehen dieses Jahr länger in den Urlaub, über drei Wochen. Sie wollte daher das Urlaubspaket vom DRK buchen, damit sie sich wohler fühlte, wenn ich dann ganz alleine für die Zeit bin. Auch wenn ich gedacht habe, ich brauche das nicht, bin ich im Nachhinein nun doch sehr froh, dass meine Tochter mich überzeugt hatte.“

### **Aber nun von vorne:**

Wir riefen beim DRK einfach an, wurden sehr gut beraten und schon nach nur einer Stunde meldete sich eine ganz liebe Dame bei uns, um einen Termin mit uns auszumachen. Zwei Tage später kam sie zu uns nach Hause und nahm sich wirklich viel Zeit, um meiner Tochter und mir alles zu erklären. Selbst ich, als technisch Unbegabte, habe alles wunderbar verstanden. Was mich total überrascht hat, die liebe Dame hatte das Gerät gleich bei uns angeschlossen und dagelassen. Natürlich durfte ich auch einen Proberuf auslösen, um zu sehen wie das geht. Ich war total überrascht, dass die Notrufzentrale mich direkt mit meinem Namen angesprochen hat. Die hatten die Daten schon über die Cloud oder wie das heißt. Ich fand das schön, es war persönlich. Wir gaben der Dame noch einen Ersatzschlüssel von uns mit, nur für alle Fälle und alles war erledigt.

Meine Tochter ging in den Urlaub und ich war tatsächlich alleine. Nicht schlimm, ich bin ja noch rüstig, dachte ich. Letzten Donnerstag war das dann aber irgendwie anders. Es war sehr heiß und irgendwie ging es mir nicht so gut, fühlte mich nicht so fit. Da es aber so warm war, wollte ich noch kurz nach meinen Blumen auf dem Balkon schauen, ob die noch genügend Wasser haben. Dabei wurde mir aber sehr schwindelig. Ich versuchte mich noch am Balkongeländer festzuhalten, schaffte es aber nicht mehr und stürzte. Jetzt lag ich auf dem Boden in der Sonne und kam nicht mehr hoch. Ich glaube nicht, dass ich mich wirklich verletzt hatte, aber wegen dem Schwindel und der Hitze war ich einfach schwach. Aus Gewohnheit rief ich nach meiner Tochter, bis mir einfiel, dass sie ja in Urlaub ist.

### **Hilfe per Knopfdruck**

Dann dachte ich, ich habe ja noch den Notrufknopf am Handgelenk. Ich war mir unsicher, aber ich drückte ihn. Zum Glück drückte ich ihn. Ein paar Sekunden später meldete sich aus meinem Gerät ein junger Mann, der mich auch wieder direkt mit meinem Namen persönlich ansprach. Ich schilderte ihm, dass ich mich irgendwie in einer unglücklichen Situation befinde. Er stellte mir noch einige Fragen, wollte wirklich genau wissen, wie es mir geht und was passiert war. Und er sagte mir, dass Hilfe zu mir auf dem Weg ist. Das war sie auch. Zuerst kam ein junger Mann vom Hausnotruf, der ja unseren Ersatzschlüssel hatte. Er kümmerte sich ganz toll um mich, brachte mich raus aus der Sonne, sorgte für etwas zu trinken und einen nassen Lappen, um mein Gesicht und Kopf etwas abzukühlen. Das war herrlich.

### **Weitere Einsatzkräfte**

Dann kam noch zusätzlich eine junge Frau und ein etwas älterer Mann, auch die beiden waren ganz lieb.



© DRK KV KA

**Der DRK-Kreisverband Karlsruhe betreibt eigens für den Hausnotruf-Service drei Wachen.**

Sie waren wohl vom Rettungsdienst, sie brachten mich nämlich ins Krankenhaus. Sie wollten alle sichergehen, dass ich nichts Schlimmeres habe. Das hatte ich nicht, ich Schussel hatte nur mal wieder vergessen, genug zu trinken. Und bei 38 Grad war ich dann einfach ganz ausgedörrt. Im Krankenhaus musste ich daher auch nicht lange bleiben, zum Glück.

**Kommunikation zur Familie**

Als ich dann wieder zu Hause war, wollte ich meiner Tochter erzählen, dass sie recht hatte und der Hausnotruf ganz wunderbar funktioniert hatte. Als ich sie anrief,

wusste sie aber schon Bescheid. Wir hatten zuvor ausgemacht, dass sie über alles informiert wird. So hat sie schon während ich auf dem Weg ins Krankenhaus war, mit dieser Notrufzentrale gesprochen und die haben ihr alles erklärt. Und sie wohl auch beruhigt, wie sie meinte.

Da das alles so toll geklappt hatte, beschlossen wir, das Urlaubspaket gleich zu verlängern und den Hausnotruf zu behalten. Vielleicht schenke ich meinem Enkel auch noch die mobile Variante zu Weihnachten, so viel Sport wie der draußen immer macht.“

**Ende**

**Sinnvolles Urlaubspaket**

Das klassische Urlaubspaket hat die Dauer von vier Wochen und überbrückt einen Zeitraum, in der die Familienangehörigen verhindert sind. Ohne eine vertragliche Bindung endet das Angebot automatisch. Der Kreisverband Karlsruhe e. V. bietet das Urlaubspaket nicht nur im Sommer an, sondern beispielsweise auch in der kalten Jahreszeit. Für eine Beratung kontaktieren Sie gerne den Hausnotruf-Innendienst unter 07251 922-320 oder senden eine E-Mail an hausnotruf@drk-karlsruhe.de.

**112: Gestiegene Einsatzzahlen, Personalmangel und Notfälle, die keine sind**

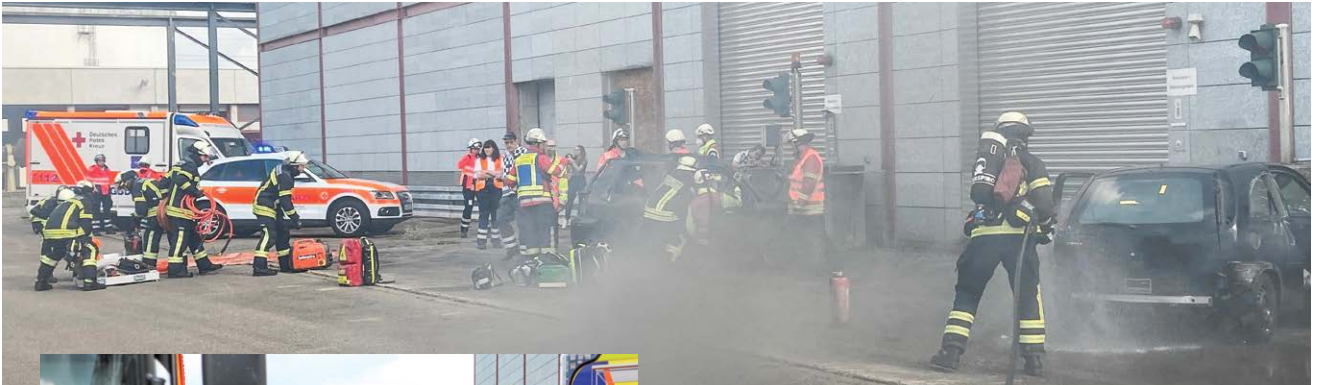
Anders als bei Heidi landen die akuten Notfälle unter der 112 in der Integrierten Leitstelle in Karlsruhe. Dort ist das Einsatzaufkommen für das DRK Karlsruhe explodiert: Von Januar bis Juli 2022 blickt man auf 17.000 Einsätze mehr, im Vergleich zu 2020. Im Stadt- und Landkreis Karlsruhe waren es 2020 absolut rund 60.000 Einsätze

von Januar bis Juli, jetzt sind es rund 77.000. Auch die Notaufnahmen verzeichnen gestiegene Zahlen. Woher kommt das? Neben Covid-19 und den fehlenden Hausarztpraxen macht sich auch eine veränderte Anspruchshaltung einiger Menschen bemerkbar. „Es sind meist nicht die Älteren, sondern beispielsweise überforderte Eltern, die sich schon wegen Fieber mit 38 Grad beim Kind sorgen. Anrufe dieser Art haben exorbitant zugenommen. Wir sind gern für die Bevölkerung da, aber die 112 ist für Notfälle gedacht, nicht für die hausärztlichen Themen“, erklärt Daniel Schneider im August in einem Interview mit den BNN. Fakt ist, dass ungefähr nur 50 Prozent medizinisch notwendige Einsätze sind. Das heißt im Umkehrschluss, rund 50 Prozent sind es nicht. So bleibt es immer die schwierige Aufgabe der Bewertung zwischen „das hat etwas Zeit“ und „ein Mensch stirbt“.

Und die Moral von der Geschichte: Durch den Hörer sieht man nicht! Sicher ist: Das DRK hat immer Verständnis für die gefühlte Not und vor allem unsichere Menschen sollen sich nicht abhalten lassen anzurufen.

# Verkehrsunfall mit eingeklemmter Person

40 Einsatzkräfte sicherten die Unfallstelle ab



© Bilder: DRK KV KA



Am Donnerstag, den 21. Juli 2022 wurde der Rettungsdienst und die Feuerwehr zu einem Verkehrsunfall auf dem Thermoselect-Gelände alarmiert. Hierbei mussten insgesamt vier verletzte Personen, davon eine eingeklemmt, versorgt werden. Insgesamt waren 40 Einsatzkräfte der Berufsfeuerwehr, der ASB, der ProMedic Rettungsdienst gGmbH und des DRK-Kreisverband Karlsruhe e.V. in das Geschehen involviert.

Zum Glück handelte es sich hierbei nicht um ein reales Schadensereignis. Von großer Bedeutung war dieser Einsatz dennoch, denn er stellte eine von drei Übungseinheiten der Berufsfeuerwehr dar, die durch den Rettungsdienst jedes Jahr unterstützt wird.

Hierbei konnten die Auszubildenden der jeweiligen Hilfsorganisationen ihr Können unter Beweis stellen. Das Geschehen wurde von den jeweiligen Ausbildern begleitet und anschließend bewertet. Die Übungslage wurde allen Beteiligten im Vorfeld nicht bekannt gegeben.

## Übung mit großer Bedeutung

Regelmäßige und sehr realistische Übungsszenarien sind für alle Hilfsorganisationen wichtig, damit im Ernstfall Abläufe, Kommunikation und Zusammenarbeit reibungslos funktionieren. Diese Intension erstreckt sich über alle Bereiche solch

einer Großübung. Dabei wird nicht differenziert, welche Organisation in das Geschehen involviert ist.

Die jeweiligen Gemeinschaften führen auch interne Trainings durch. Doch wie funktioniert es bei einem Unfall in der Realität, wenn alle „Gewerke“ der Blaulichtfamilie zusammenarbeiten müssen? Um dies herauszufinden werden gemeinsame Übungen durchgeführt.

## Gemeinsame Reflexion

Nach jeder Übung kommen alle Beteiligten zusammen und gehen die einzelnen Schritte durch. Die Organisatoren planen im Vorfeld alles sehr akribisch und achten besonders auf das gemeinsame Vorgehen, die Interaktion, prüfen interne Abläufe und sehen, an welchen Schnittstellen und Bereichen noch Möglichkeiten zur Nachbesserung bestehen. Ziel ist es, mögliche Fehler festzustellen und zu eliminieren, bevor diese im realen Einsatzfall passieren.

Vor allem geht es darum, Menschenleben zu retten, Schäden abzuwehren und Gefahren zu beseitigen. Es ist wichtig, dass die jeweiligen Hilfsorganisationen sich untereinander verständigen können. Das ist nötig, um große Einsätze, die in der Realität für Rettungskräfte oft sehr belastend sein können, effizient abzuarbeiten. Solche Einsatzübungen tragen somit dazu bei, die Zusammenarbeit aller vor Ort beteiligten RetterInnen zu fördern. Sie bieten die Chance Erfahrungen und Informationen zu sammeln und Verbesserungen in der Taktik und der Einsatzbewältigung anzuregen.

Für alle Einsatzkräfte war klar, wie wertvoll solch eine Übung, aber auch die Nachbesprechung sein kann. Simon Treier und Sebastian Kretzler, Leiter des diesjährigen Grundausbildungslehrganges, zeigten sich nach dem Übungstag mit dem Ablauf sehr zufrieden: „Erkundung, Rettung und Behandlung der Verletzten haben gut funktioniert.“

# Fördermitglied per Ambulanzflug aus der Türkei zurückgeholt



*Auch eine sehr gut geplante Auslandsreise kann schnell und unerwartet durch einen Unfall oder eine schwere Erkrankung enden.*

Es herrscht oft Ratlosigkeit, wenn die medizinische Versorgung im Ausland nicht immer deutschem Standard entspricht. Eine Verlegung nach Deutschland – zur besseren medizinischen Versorgung – tragen die gesetzlichen Krankenkassen im Regelfall nicht. Schnell kommen immense Kosten für den Rücktransport auf einen zu.

## Glück im Unglück

So erging es auch dem DRK-Mitglied während seinem langersehntem Urlaub in der Türkei. Gerne hätte der 77-jährige seinen Urlaub noch länger genossen, doch aufgrund einer schweren akuten Erkrankung musste er vor Ort stationär behandelt werden. Schnell wurde klar, dass er zur weiteren Behandlung heimatnah zurück nach Deutschland verlegt werden musste.

## Der DRK-Flugdienst

Zum Glück ist der Herr Fördermitglied im DRK-Kreisverband Karlsruhe e. V. und genau für solch einen Fall über den Verband beim DRK-Flugdienst abgesichert. Diese Fördermitgliedschaft beinhaltet unter anderem eine garantierte weltweite Rückholung aus dem Ausland, wenn es medizinisch sinnvoll ist, oder wie in diesem Fall die Behandlung länger als 14 Tage andauern würde.

Ein Anruf beim DRK-Flugdienst reichte und die Spezialisten des Medical Operations Center organisierten einen schnellen Rücktransport per Ambulanzflug nach Deutschland. Die medizinische Crew inkl. Arzt flog in die Türkei, um dort unser Mitglied abzuholen und optimal medizinisch betreut nach München zurückzufliegen. Vom Flughafen aus brachte der DRK-Rettungsdienst den

*Der Transport wird vom DRK-Flugdienst finanziert. Dem DRK-Mitglied entstanden keine Kosten.*

Patienten mit einem Krankentransportwagen in die heimatnahe Klinik nach Karlsruhe. Wir wünschen unserem Mitglied weiterhin gute Besserung.

Durch die Fördermitgliedschaft beim DRK-Kreisverband Karlsruhe 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!



© drk.de



Wolfram Pfaus  
Freier Architekt Dipl. Ing. (FH), M. Eng.

Planung ■ Bauleitung ■ Beratung ■ Gutachten

Amalienhof 1 · D- 75056 Sulzfeld  
Tel. 07269/960602 · Fax 07269/960603  
pfaus@pfaus-architekt.de · www.pfaus-architekt.de

# MACHT MAL LAUT!



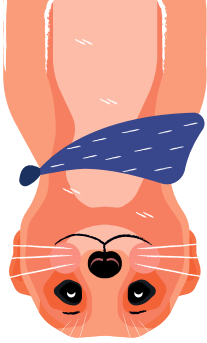
**Unsere Stimmen, unsere Zukunft! Das Recht auf Beteiligung von Kindern und Jugendlichen ist unser gutes Recht: Es ist in der UN-Kinderrechtskonvention verankert! Wenn wir dieses Recht einfordern und ausüben, können wir unsere eigene Zukunft mitgestalten. Das ist die Basis für die neue JRK-Kampagne LAUT STARK! Wir geben einen kleinen Überblick.**

Wir wollen gemeinsam Kinder und Jugendliche zu mehr aktiver Beteiligung und zur Wahrnehmung ihrer Rechte informieren, befähigen und ermutigen. Junge Menschen können im Verband und in der Gesellschaft noch viel mehr bewegen. Aber nicht nur junge Menschen sind angesprochen, denn Teilhabe ist eine Aufgabe der gesamten Gesellschaft!

Mit der UN-Konvention über die Rechte des Kindes (UN-KRK) werden erstmals eigene Rechte festgeschrieben, welche die besonderen Bedürfnisse der Jugend berücksichtigen. Diese Bedürfnisse beziehen sich auf den Schutz, die Förderung, die Entwicklung und die Beteiligung von Kindern. Am 20. November ist zudem der Internationale Tag der Kinderrechte. Die allermeisten Staaten haben der Kinderrechtskonvention zugestimmt. In Deutschland gilt die Konvention seit dem 05. April 1992, also schon seit über

30 Jahren! Die UN-Kinderrechtskonvention umfasst 54 Artikel. Darin sind die Kinderrechte beschrieben sowie Details zum Vertrag und zur Zusammenarbeit bei der Umsetzung. Die Kinderrechte lassen sich in drei Gruppen einteilen: in Schutzrechte, Förderungsrechte und Beteiligungsrechte. In den Jahren nach der Verabschiedung gab es außerdem noch drei Zusatzprotokolle. Die Beteiligungsrechte umfassen die Artikel 12, 13 und 17 der UN-KRK. Sie beschreiben das Recht auf freie Meinungsäußerung sowie den freien Zugang zu Informationen und Medien.

Jugendbeteiligung bedeutet, dass junge Menschen aktiv an Entscheidungsprozessen teilhaben. Dies wird auch Jugendpartizipation genannt. Partizipation kommt vom lateinischen Wort „particeps“, welches mit „an etwas teilnehmend, teilhaftig“ übersetzt werden kann. Los geht's ...



Die Kampagne läuft bis 2025 und gliedert sich in unterschiedliche Phasen. Die 3 Hauptphasen der Kampagne orientieren sich an den Kampagnenzielen **Bescheid WISSEN**, **Locker KÖNNEN** und **Einfach MACHEN** und setzen jeweils eigene Schwerpunkte. Das Kampagnenziel **MEHR ERMÖGLICHEN** steht bei allen Phasen und von Anfang im Fokus: hier sind wir alle, Tag für Tag, gefragt, völlig unabhängig von unserem Alter oder unserer Rolle im Verband und in der Gesellschaft.



Q1 2022-  
Q3 2022

### EINSTIMMEN

Los geht's! Noch vor dem Kampagnenstart am 03.09.2022 ging es in erster Linie darum, den Auftakt vorzubereiten, erste Informationen bereit zu stellen und sich auf den Kampagnenstart einzustimmen. Zentrales Ziel war hier der Wissenserwerb und die Vorbereitung.



Q3 2022

### AUFTAKT

Zum Auftakt steigst du mit der Lautstark Rallye und dem Lautstark Koffer zusammen mit deiner Gruppe spielerisch ins Themenfeld ein. Anhand verschiedener Stationen thematisierst du ausgewählte Kinderrechte, darunter auch das der Beteiligung. Mit dem Kampagnenkoffer stehen Informations- und Gestaltungsmittel der Kampagne zur Verfügung.



Bescheid  
WISSEN  
Q4 2022-  
Q2 2023

### LAUTSTARK KIOSK

Der Kiosk ist das zentrale Element der Kampagne, den du gemeinsam mit deiner Gruppe bauen und ausgestalten kannst. Der Kiosk steht symbolisch für einen thematischen Treffpunkt und kann auch für Aktionen und Veranstaltungen als Infostand verwendet werden.



Locker  
KÖNNEN  
Q2 2023-  
Q3 2023

### CAMP

Das Camp steht beispielhaft für ein Event, welches ihr gemeinsam plant, vorbereitet und so weit wie möglich auch selbst bespielt. Innerhalb der Camps sind Workshops, Talks, Spiele, Konzerte und viele andere Formate denkbar. Durch Wissensvermittlung, Ausprobieren und Üben können Beteiligungsmöglichkeiten aufgezeigt und beim Einstieg unterstützt werden. Die Kinder und Jugendlichen machen und sind das Programm!



Einfach  
MACHEN  
Q4 2023-  
Q4 2024

### PROJECTS

Hier steht die Anwendung von Fertigkeiten im Fokus. Wissen und Können, ist nur die eine Seite, aber spätestens jetzt geht es auch ans Machen. Es geht darum die Beteiligung von jungen Menschen in Verband und Gesellschaft einzufordern und wahrzunehmen. Die Stimmen von jungen Menschen müssen hörbarer werden, ihre Interessen sichtbar, die Außenwahrnehmung soll verstärkt werden.



Q1 2025-  
Q2 2025

### SUPERCAMP

Das Supercamp wird eines der Highlights in 2025 mit dem Höhepunkt der JRK-Kampagne. Es geht nach Niedersachsen!



Q3 2025-  
Q4 2025

### NACHHALL

Nacharbeiten und Projekte für die Zukunft festigen: Nach der Kampagnenzeit ist das Thema nicht vom Tisch. Wir bleiben dran.



# Stundenplan



Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag



© Bilder: DRK KV KA

## Rucksäcke übergeben

Schulsanitäter sorgen bei Schul- und Sportfesten, Ausflügen und im ganz normalen Schulalltag für Sicherheit und helfen ihren Mitschülern in Notfällen. Sie sind fit in Erster Hilfe, wissen, wie man einen Verband anlegt und wie man die stabile Seitenlage ausführt. Die BARMER finanziert die Schulsanitätsrucksäcke, die jede teilnehmende Schule erhält.

**ÖSTRINGEN:** Insgesamt sind am Leibniz-Gymnasium 40 Jungen und Mädchen an der AG Schulsanitätsdienst beteiligt. Das nötige Know-how für ihre verantwortungsvolle Arbeit wird ihnen von Laura Bollheimer mit Unterstützung von Ulrich Stemmermann vermittelt. Gemeinsam übergaben Felix Weiß, Regionalgeschäftsführer der BARMER Bruchsal und Sabine Raupp vom DRK-Kreisverband den Erste-Hilfe-Rucksack.

**GRÖTZINGEN:** Unter der Leitung von Nicole Knecht engagieren sich an der Augustenburg-Gemeinschaftsschule in Grötzingen insgesamt 15 Jungen und Mädchen für die AG des Schulsanitätsdienstes. Philipp Geisberger, Geschäftsführer der BARMER Karlsruhe, Sabine Raupp vom DRK-Kreisverband Karlsruhe e.V. und die Jugendleiterin vom DRK-Ortsverein Grötzingen überreichten den Erste-Hilfe-Rucksack. Das Jugendrotkreuz im DRK-Ortsverein Grötzingen steht der Schule ebenfalls mit Rat und Tat zur Seite.

**oben:** Leibniz-Gymnasium in Östringen;  
**unten:** Augustenburg-Gemeinschaftsschule in Grötzingen



**BARMER**





# BLUTSPENDE-TERMINE

## Oktober bis Dezember

Blutspende-Auskunft: 0800/1 19 49 11  
Spender-Gemeinschaft: [www.blutspender.net](http://www.blutspender.net)



Alle Termine,  
Informationen und  
die Termin-  
Buchung unter:  
[www.blutspende.de](http://www.blutspende.de)



Monat	Datum	Ort	Uhrzeit
OKTOBER	04.10.2022	KARLSRUHE / STUPFERICH	Gemeindezentrum 15:30–19:30
	05.10.2022	WEINGARTEN	Walzbachhalle 14:30–19:30
	06.10.2022	FORST	Alex Huber Forum 14:30–19:30
	07.10.2022	MÜNZESHEIM	Feuerwehrhaus mit Vereinsgebäude 14:00–19:30
	13.10.2022	ETTLINGEN	Schloßgartenhalle 15:30–19:30
	14.10.2022	WALZBACHTAL / WÖSSINGEN	Böhnlichhalle 14:30–19:30
	17.10.2022	KARLSRUHE / WALDSTADT	NAK Neupostolische Kirche 14:30–19:30
	17.10.2022	KARLSRUHE / NEUREUT	Badnerlandhalle 15:30–19:30
	17.10.2022	KARLSBAD / LANGENSTEINBACH	Schelmenbuschhalle 15:00–19:30
	19.10.2022	BRUCHSAL / BÜCHENAU	Mehrzweckhalle Büchenau 14:30–19:30
	20.10.2022	MARXZELL	Windeckhalle Burbach 14:30–19:30
	24.10.2022	KARLSRUHE	Albert-Schweitzer-Saal 14:30–19:30
	24.10.2022	GRABEN-NEUDORF	Pestalozzi-Halle 14:30–19:30
	26.10.2022	LINKENHEIM	Bürgerhaus 14:00–19:00
	27.10.2022	PFINTZAL / SÖLLINGEN	Räuchle-Halle 14:30–19:30
NOVEMBER	27.10.2022	EGGENSTEIN-LEOPOLDSHAFEN	Rheinhalle 14:30–19:30
	28.10.2022	BAD SCHÖNBORN / MINGOLSHEIM	Ohrenberghalle 14:30–19:30
	28.10.2022	WAGHÄUSEL / KIRRLACH	Rheintalhalle Kirrlach 14:30–19:30
	02.11.2022	ÖSTRINGEN	Hermann-Kimling-Halle 14:30–19:30
	04.11.2022	RHEINSTETTEN / NEUBURGWEIER	Festhalle 14:30–19:30
	04.11.2022	KARLSRUHE / DURLACH	Weierhofhalle 14:30–19:30
	08.11.2022	OBERHAUSEN / RHEINHAUSEN	Sporthalle Gemeinschaftsschule 14:30–19:30
	09.11.2022	SULZFELD	Ravensburghalle 14:30–19:30
	09.11.2022	BRUCHSAL / HEIDELSHEIM	Sporthalle Heidelberg 14:30–19:30
	10.11.2022	KARLSDORF-NEUTHARD	Altenbürg Halle 14:30–19:30
	11.11.2022	DETTENHEIM / RUßHEIM	Pfinzhalle in Rußheim 14:30–19:30
	15.11.2022	KARLSRUHE / UNIVERSITÄT	Campus Süd im Festsaal der Mensa 10:00–15:00
	18.11.2022	PHILIPPSBURG / RHEINSHEIM	St. Sebastianusheim 14:30–19:30
	21.11.2022	MALSCH / KA	Theresienhaus 14:30–19:30
	22.11.2022	MALSCH / KA	Theresienhaus 14:30–19:30
DEZEMBER	23.11.2022	UBSTADT-WEIHER / STETTfeld	Mehrzweckhalle Stettfeld 14:00–19:30
	23.11.2022	ETTLINGEN / BRUCHHAUSEN	Franz-Kühn-Halle 14:30–19:30
	24.11.2022	ETTLINGEN / BRUCHHAUSEN	Franz-Kühn-Halle 14:30–19:30
	28.11.2022	KARLSRUHE / GRÜNWETTERSbach	Sporthalle Wettersbach 14:30–19:30
	28.11.2022	WALDBRONN / BUSENBACH	Schulturnhalle 14:30–19:30
	29.11.2022	OBERDERDINGEN	Aschingerhalle 14:30–19:30
	30.11.2022	STUTENSEE / FRIEDRICHSTAL	Sängerhalle Friedrichstal-West 14:30–19:30
	02.12.2022	KARLSRUHE	Albert-Schweitzer-Saal 14:30–19:30
	05.12.2022	KARLSBAD / LANGENSTEINBACH	Schelmenbuschhalle 15:00–19:30
	05.12.2022	MALSCH / VÖLKERSBACH	Klosterhof 14:30–19:30
	06.12.2022	GRABEN-NEUDORF	Pestalozzi-Halle 14:30–19:30
	12.12.2022	KRAICHTAL / LANDSHAUSEN	Mehrzweckhalle 14:00–19:30
	14.12.2022	BRETTEN	Stadtparkhalle 14:30–19:30
	14.12.2022	BRUCHSAL / OBERGROMBACH	Turnhalle Obergrombach 14:30–19:30
	16.12.2022	KRONAU	Mehrzweckhalle 14:30–19:30
26.12.2022	PFINTZAL / KLEINSTEINBACH	Hagwaldhalle Kleinsteinbach 11:00–15:00	
26.12.2022	HAMBRÜCKEN	Lußhardthalle 10:00–14:00	
28.12.2022	WEINGARTEN	Walzbachhalle 14:30–19:30	
29.12.2022	ETTLINGEN	Schloßgartenhalle 15:30–19:30	

Alle Angaben ohne Gewähr, Änderungen vorbehalten.

Der Zeitraum zwischen zwei Blutspenden muss mindestens acht Wochen (Tag der Blutspende plus 55 Tage) betragen.  
Männer können sechs Mal, Frauen vier Mal innerhalb von zwölf Monaten Blut spenden. Erstspender dürfen jüngstens 18 und ältestens 65 Jahre sein.  
Mehrfachspender/-innen können bis zur Vollendung des 72. Lebensjahres spenden.



DRK WAGHÄUSEL



DRK WEIHER



DRK NEUREUT



DRK LANGENSTEINBACH

# SOMMER SONNE SAN-DIENST



DRK BLANKENLOCH



DRK PHILIPPSBURG

*Der Sommer 2022 wurde allen Definitionen gerecht, lockte nach draußen und zu zahlreichen Veranstaltungen. Es ist immer beruhigend, wenn das Rote Kreuz auch eingeladen war. Wir zeigen ein paar Impressionen der Sanitätsdienste ganz nach dem Motto: „Wir sind jederzeit für Sie da!“*



Deutsches Rotes Kreuz  
Ortsverein Hohenwetterbach



DRK BLANKENLOCH



DRK BRETTE



DRK MÜNZESHEIM



**DRK EGGENSTEIN-LEOPOLDSHAFEN**



**DRK BERGHAUSEN**



**DRK VÖLKERSBACH**



**DRK HUTTENHEIM**



**DRK ETZENROT**



**DRK HOHENWETTERSBAACH**



**DRK VÖLKERSBACH**



**DRK SÖLLINGEN**



**DRK STETTFFELD**



**DRK LANGENSTEINBAACH**

**AUS DEM SEMINARPROGRAMM:**

# Fachdienst- ausbildung Betreuung



Die Fachdienstausbildung Betreuung baut auf dem Helfergrundausbildungsmodul Betreuung auf und besteht aus einem 40 Unterrichtseinheiten umfassenden Ausbildungsmodul.


Neben dem Sanitätsdienst ist der Betreuungsdienst eine weitere Kernaufgabe der ehrenamtlichen DRK-HelferInnen. Gerade bei Brand- oder Umwelteinsätzen, wenn viele Betroffene unverletzte Personen schnelle Hilfe benötigen, ist der Fachdienst Betreuung gefragt. Die Aufgaben bestehen in der Versorgung und Unterbringung der Betroffenen, aber auch das Einrichten und Betreiben von Notunterkünften, die Registrierung und die Verpflegung gehören dazu.


Während der Ausbildung erhalten die HelferInnen Informationen zu den Zuständigkeiten, Stärke, Gliederung und Ausstattung der Einheiten und Einrichtungen des Betreuungsdienstes und erlangen Kenntnisse zur Nutzung von Gebäuden und Grundstücken, Rechtsverhältnisse, Sicherheitsmaßnahmen, Unfallverhütung. Die Ausbildung endet mit einer großen Übung und einem Planspiel eines Einsatzes.





Übrigens, die nächste Fachdienstausbildung Betreuung findet vom 08.10.–23.10.2022 in Hohenwettersbach statt.


Baden  
TV

  
 HOMEPAGE

  
 APP

  
 SAT-TV

  
 KABEL-TV

  
 FIRE TV

## CORNITEX

Wir haben die Marken.  
Sie die Wahl!

Frühling, Sommer, Herbst und Winter  
Für jede Jahreszeit die passende Kleidung.


Sportswear, Berufskleidung, Freizeit, Taschen,  
Rucksäcke, Caps, Pullover u.s.w.  
Mit und ohne Werbeanbringung. Druck,  
Stick oder Gravur alles ist möglich.

\*Jedes registrierte DRK-Mitglied und DRK-Mitarbeiter/-in  
erhält 10% Rabatt auf ALLES!

**10% für  
DRKler\***

Cornitex. H&C Nickel GdbR  
Philippsburger Str. 14 · 76661 Philippsburg-Hu.  
Tel. 07256/51 53 · Fax 07256/92 34 26  
E-Mail: info@cornitex.de · www.cornitex.de

Ihr Werbepartner  
seit 1987



## EDV-Service

- IT- Lösungen, -Netzwerk, - Internet
- IT- Hardware - Software - Verkauf
- IT- Datenrettung, -Internet/Security
- IT- WLAN und -DLAN
- IT- Reparaturen
- IT- Service vor Ort
- IT für Schulen
- Telefon- und Faxlösungen

**UWB Biermann GmbH, EDV-Systemhaus**  
**75053 Gondelsheim Industriestr. 15 ( an der B35)**  
**Telefon: 07252/9771-0; Internet: www.uwb.de;**  
**Telefax: 07252/9771-11; e-Mail: info@uwb.de**

20 Rotkreuz Magazin | 04/2022

**Du bist jetzt auch beim DRK? Diese Frage hört Marina Brauweiler sicher noch öfter, denn die Langensteinbacherin ist erst knapp ein Jahr beim örtlichen Verein und hatte coronabedingt noch nicht viele Gelegenheiten, die Dienstkleidung „auswärts“ zu tragen.**

Die Pandemie kann man als Zündfunken ausmachen, warum Marina Brauweiler heute DRK'lerin ist. Als Krankenschwester benötigte sie anfänglich täglich einen Schnelltest, und so hatten ihre Nachbarn (DRK-Ehrenamtliche) oft die Chance, während des Dienstes in der Teststelle, mit ihr ins Gespräch zu kommen und die Rotkreuzarbeit vorzustellen. Schnell war Neugier geweckt, weil der Feuereifer ansteckend gewirkt hat. Kontinuierlich erfuhr sie mehr über den Verein vor Ort und die gesamte Hilfsorganisation. Schließlich fiel der Entschluss: „Ich kann es mir ja mal anschauen.“

### Ab in die Mitte

„Ganz toll war, dass ich direkt in die Mitte aufgenommen wurde und ruckzuck ausgestattet war. Sämtliche Termine, Unterlagen oder auch die Kleidung, wurden fix für mich organisiert“, schwärmt sie. Das Ausmaß der Hilfsorganisation wurde ihr erst mit dem Einführungsseminar klar, schildert sie sichtlich beeindruckt. Nach jenen ersten Kursen und Bereitschaftsabenden stand der erste Dienst an, die Blutspende. Auch diese Art von Einsatz macht der 45-jährigen viel Freude und sie sieht für sich ein Wirkungsfeld darin. Eine Blutspende ist die perfekte Gelegenheit, den Verein und die Zusammenarbeit kennenzulernen.

„Einfach mitmachen“ würde sie jedem empfehlen, der über ein Ehrenamt nachdenkt. „Für mich war es auch sehr förderlich, dass ich hier beim DRK mein eigenes Tempo haben darf. Mir lag es am Herzen, dass ich auch mit einem Ehrenamt die Familie und den Beruf unter einen Hut bringen kann und keiner zu kurz kommt. Wenn ich etwas



© DRK KV KA

## DOPPELLEBEN: MARINA BRAUWEILER Einfach machen!

anpacke, möchte ich es richtig machen. Ich hatte die Zeit, mich allem zu nähern und Unsicherheiten kann man schnell durch neues Wissen abbauen“, erzählt sie. Und da der Verein die Dienstabende aufstockt, kommen tolle Gelegenheiten dazu.

### Eigeninitiative

Anfänglich, als alles neu war, verbrachte die Neu-DRK'lerin etwa zwei bis drei Stunden in der Woche mit der Einarbeitung. Als außerordentlich lehrreich und umfangreich beschreibt sie den DRK-Lerncampus. „Die Online-Plattform bietet so viel Wissen, das jedem zur Verfügung steht. Es nicht zu nutzen, dafür ist es viel zu wertvoll. Erst kürzlich habe ich die Weiterbildung für die Anmeldung bei der Blutspende absolviert.“

Beruflich widmet sich die examinierte Krankenschwester den mehrfach schwerstbehinderten Kindern an der Ludwig Guttman Schule. Sie und ihre KollegInnen bilden die Unterrichtsassistenten, aber hauptsäch-

lich obliegt ihnen die medizinische Verantwortung und das Notfallgeschehen. „Eine sehr erfüllende Arbeit, aber auch anspruchsvoll und anstrengend“, sagt sie. Doch auch hier zeigt sich das Ehrenamt als gewinnbringend, denn z. B. das Training für die Reanimation bringt Sicherheit und Details wie der Dauernverband werden wieder geübt. Ihre Töchter sind schon heute stolz auf sie, vermutet die Langensteinbacherin. „Sie können mich noch nicht zum DRK begleiten, denn der Jugend fehlt oft die Zeit, sich gesellschaftlich einzubringen. Die schulischen Anforderungen sind enorm.“

### Für die Zukunft

Die Gemeinschaft zu festigen, Nachwuchs zu gewinnen und auch für sich selbst den festen „Platz“ im Verein zu finden sind die nahen Herausforderungen, die sie nennt. Wir wünschen hierfür viel Erfolg!

# Kindernotarztwagen dankt allen UnterstützerInnen

**Im Notfall zählt jede Sekunde: Die MitarbeiterInnen des Rettungsdienstes stehen unter Hochspannung. Bei vielen Rettungskräften löst das Einsatzstichwort „Kindernotfall“ zusätzliche Nervosität aus.**

„Das Rettungswesen in Deutschland ist hervorragend“, sagt Mitinitiator des Projektes Kindernotarztwagen Dr. Matthias Kuch vom Städtischen Klinikum Karlsruhe. Aber wenn die Kleinsten involviert seien, gerieten Rettungskräfte und Notärzte immer wieder an ihre Grenzen. Da die Bereitstellung eines Kindernotarztwagens, mit der hierfür benötigten Ausstattung, nicht zum gesetzlich definierten Standard eines Rettungsdienstes gehört, kann dieses Projekt nur durch Spenden weitergeführt werden. Die ehrenamtliche Besatzung des Kindernotarztwagens und das Deutsche Rote Kreuz möchte sich bei allen Spendern für die tolle Unterstützung herzlich bedanken!

## Großzügige Spende: KSC-Legende Edgar Schmitt trainiert MahlbergsschülerInnen für den guten Zweck

Bei strahlendem Sonnenschein erlebten die Schülerinnen und Schüler der Mahlbergschule am 23. Juni, auf dem Sportplatz in Völkersbach, mit der KSC-Legende Edgar Schmitt, einen Sportunterricht der besonderen Art. Der ehemalige KSC-Spieler stand den Kindern drei Stunden lang als Fußballlehrer zur Verfügung. Edgar Schmitt hatte Mitte der 1990er Jahre als Stürmer des KSC gegen den spanischen Fußballverein FC Valencia im legendären Pokalspiel, das der KSC sensationell mit 0:7 gewann, vier Tore erzielt. Das brachte ihm den Spitznamen „Euro-Eddy“ ein. Die bei der Veranstaltung erzielten Erlöse, sowie die Gage von Edgar Schmitt, wurden für die Unterhaltung des Kindernotarztwagens gespendet. Weitere Spenden von Firmen und Privatleuten kamen ebenfalls diesem sozialen Zweck zugute.



Nach diversen Ballübungen, Torschießen und kleinen Fußballspielen, verließen die Mahlbergsschülerinnen und -schüler nach dem Training verschwitzt und ausgepowert, aber auch voller Stolz den Platz. Natürlich durfte Edgar Schmitt nicht gehen, bevor er unzählige Autogramme an Klein und Groß gegeben hatte. Sicherlich ein Erlebnis, das allen noch lange in Erinnerung bleiben wird.

## Voller Energie auf dem Rasen und für Menschen in Not: Rainer Scharinger & Friends



Die Feierlichkeiten zum Jubiläum 125 Jahre ATSV Kleinsteinbach boten den Gästen ein abwechslungsreiches Programm. Ein Benefiz-Spiel mit buntem Rahmen für Jung und Alt fand am 23. Juli statt. Die Rainer Scharinger & Friends liefen auf, gegen die Traditionsmannschaft des ATSV Kleinsteinbach. Neben dem Initiator Rainer Scharinger, waren weitere hochrangige Sportler mit von der Partie, u.a.: Domi Kumbela, Kenan Kocak oder Alexander Iashvili. Die stolze Summe von 7.000 Euro konnte zum Abschluss verkündet werden und kommt „Menschen in Not“ bzw. diversen sozialen Projekten zugute. Eines dieser Projekte ist der Kindernotarztwagen. Ein herzliches Dankeschön für den grandiosen vierstelligen Spendenanteil, der den Fortbestand des Sondereinsatzfahrzeugs sichert. Oberarzt Alexander Kraut war mit dem Kindernotarztwagen vor Ort und informierte die Gäste über die Ausstattung und das Projekt.





**Klassengemeinschaft des  
Gymnasium St. Paulusheim  
sammelte Spenden**

Eine weitere tolle Aktion der Klasse 6 des Bruchsaler Gymnasium St. Paulusheim kam dem Kindernotarztwagen zugute. Beim Schul- und Hausfest am 24. Juli 2022 konnte der stolze Spendenscheck von 450 Euro überreicht werden. Ein herzliches Dankeschön für diesen Einsatz.

**Diese Spendenaktionen sind nur ein Auszug, aus den Zuwendungen im Jahr 2022. Der Kindernotarztwagen dankt allen UnterstützerInnen!**



Igel  
Erwin

# Rückblick Baden- Marathon

## Erfolgreicher Halb-Marathon für Spendenläufer Oliver Hölzer – Spenden(zwischen)ziel erreicht



**Gigantisch: Kurz vor dem Start bekam Oliver Hölzer den Wanderpokal „Spendenkönig“ der Initiative „Laufen mit Herz“.**

Der Startschuss fiel am 18. September für den 18. Lauf von Oliver Hölzer für die Initiative „Laufen mit Herz“ und den Kindernotarztwagen. Voller Herzblut hat er sich dem Projekt verschrieben und in den zurückliegenden Jahren viele Sympathisanten und SpenderInnen gefunden, die ihn regelmäßig unterstützen. „Ich freue mich über jede Spende und die Botschaften, die mir oft auf demselben Weg mitgeschickt werden. Das feuert mich zusätzlich an“, sagt der Sportler.

Das Anfeuern hat geholfen! Beim Baden-Marathon lief er die Halb-Marathon-Distanz von 21,1 km und unterschritt sein selbst gestecktes Zeitziel von 1:45 h um ein paar Minuten. Der Kreisverband Karlsruhe gratuliert herzlich und bedankt sich ebenfalls von tiefstem Herzen für die tolle Unterstützung!

Auch für das Projekt hatte er sich in diesem Jahr ein Etappenziel von 5.000 Euro gesetzt und dies sogar auch noch verbessert. Endgültiger Kassensturz der Initiative „Laufen mit Herz“ wird noch im Oktober sein. „Das Spendenziel zu übertreffen ist natürlich gigantisch. Und längstens in zwei Jahren könnten wir die totale Spendensumme von 100.000 Euro erreichen“, resümiert Oliver Hölzer. „Der Kindernotarztwagen ist einzigartig in Karlsruhe und muss aufrechterhalten werden. Da helfen nur Spenden und ich danke allen, die mich unterstützen.“

Weitere Informationen zur Initiative erhalten Sie unter [www.laufenmitherz.de](http://www.laufenmitherz.de).





*Kurz  
notiert*

## AKTIONEN UND EVENTS DER ORTSVEREINE

Besuchen  
Sie Ihr DRK:

**BERGHAUSEN**

16.10.: Kerwe  
26.+27.11.: Weihnachtsmarkt

**BÜCHIG**

08.10.: Altkleidersammlung  
07.–11.11.: Gesundheitswoche  
30.12.: Glühweintreff

**GONDELSHEIM**

09.–11.12.: Weihnachtsmarkt

**HOHENWETTERSBACH**

04.12.: Tannenbaummärkte

**LANDSHAUSEN**

10.12.: Theaterabend

**SPIELBERG**

11.12.: Senioren-Weihnachtsfeier

**SPESSART**

09.10.: Erntedankfest

**SÖLLINGEN**

09.12.: Tannenbaummärkte

*Alle Termine unter  
Vorbehalt bzw.  
gegenwärtiger  
Pandemie-  
Bedingungen.*



**DANKE-PARTY**

## Rotkreuzler feiern in Münzesheim!

Erst die Arbeit, ... dann auch endlich das Vergnügen! Unter diesem Motto haben sich die Kraichtaler Rotkreuzler, die den Betrieb des Corona-Schnelltestzentrums in Münzesheim gewährleistet haben, im Juli getroffen, um der Kameradschaftspflege wieder etwas nachzukommen. Bereits im Frühjahr 2021 war der Betrieb des Testzentrums, an dem sich die Aktiven aller Kraichtaler DRK-Ortsvereine beteiligt hatten, gestartet. Seit November 2021 wurden der Bevölkerung durchgehend fast täglich kostenlose Corona-Schnelltests angeboten. Hinzu kamen mehrere Impftermine. Nach einem Sektempfang vor dem Feuerwehrhaus gab es bei gutem Essen, Cocktails, Musik und Tanz die Möglichkeit, sich außerhalb der pandemiebedingten Arbeit mit den Kameradinnen und Kameraden zu unterhalten, auszutauschen, zu feiern und das Miteinander zu genießen. Dr. Nicolai Thomas, Vorsitzender des Ortsvereins Münzesheim, sprach den aktiven Kraichtaler Bereitschaftsmitgliedern seinen Dank aus für die harmonische und verlässliche Zusammenarbeit.



© DRK Münzesheim

**10. SEPTEMBER 2022**

# Tag der Ersten Hilfe

Der Internationale Tag der Ersten Hilfe soll die Bevölkerung daran erinnern, wie wichtig die Nothilfe bei Unfällen und Katastrophen ist. In Deutschland ist jeder gesetzlich verpflichtet, Erste Hilfe zu leisten, sofern einem, u. a., die Hilfeleistung den Umständen nach zuzumuten ist. Initiiert vom Roten Kreuz wird der Tag inzwischen in über 150 Ländern jedes Jahr am zweiten Samstag im September begangen. Wie lange liegt Ihr letzter EH-Kurs zurück? Frischen Sie Ihr Wissen auf und buchen Sie jetzt unter [www.drk-karlsruhe.de](http://www.drk-karlsruhe.de) > Ausbildung > Rotkreuz-Kurse eines unserer Angebote.



© Jörg F. Müller / DRK





© JRK Karlsruhe

# JRK-Klausur- Tagung 2022



Der JRK-Ausschuss des DRK-Kreisverband Karlsruhe e.V. traf sich am 11.09.2022 im DRK-Heim von Neubulach (Kreisverband Calw) zur Klausurtagung.

Drei große Punkte standen auf der Tagesordnung: die Terminplanung für Aus- und Fortbildungen 2023, die Überarbeitung der JRK-Geschäftsordnung sowie die Umsetzung der neuen JRK-Kampagne „Lautstark“. Das Team freut sich schon sehr, die Ergebnisse bald im DRK-Seminarprogramm für den Kreisverband präsentieren zu können. Und damit der Teamgedanke auch auf der Leitungsebene gestärkt wird, besuchte die Gruppe im Teinachtal einen Alpakahof. Die flauschigen Weggefährten erden und bringen Mensch, Natur und Tier in Einklang. Die TeilnehmerInnen sind sich einig: Das ist gelungen!

# 90.000

Mitte Juli jährte sich die Hochwasserkatastrophe in Rheinland-Pfalz und Nordrhein-Westfalen. Die DRK-Personalauswertung hat insgesamt gut 90.000 ehrenamtlich geleistete Einsatzkräfte-Tage ergeben. Zu Spitzenzeiten waren in der Region bis zu 3.500 Helferinnen und Helfer aus dem gesamten Bundesgebiet im Einsatz. Diese enormen Zahlen gehen aus einer Pressemeldung des Bundesverbandes hervor.

## Film-Tipp Zu Besuch bei der Blutspende

Warum haben Sie sich dazu entschieden Blut zu spenden? Das ist nur eine der Fragen des Reporters, der die Blutspendeaktion in Untergrombach besucht hat. Der Beitrag steht unter der Überschrift „Blutspenden, das ist immer eine gute Idee!“ und macht Werbung für das Engagement. Die nächsten Termine finden Sie auf Seite 17.



Jetzt Code  
scannen!



© JRK-Berghausen

## JRK Berghausen ist Landessieger Baden-Württemberg 2022!

Die Aufregung war zum Greifen, als die Gruppe Richtung Tuttlingen unterwegs war. Dort galt es, sich sechs Aufgaben der Themengebiete Rotkreuz-Wissen, Soziales, Kreatives, Sport & Spiel sowie Erste Hilfe und Notfalldarstellung zu stellen. Zur Zitterpartie wurde dann die Siegerehrung am Nachmittag. Als das JRK Berghausen dann übrigblieb und als Sieger ausgerufen wurde, war die Freude überwältigend groß, denn man habe nie mit einem Sieg gerechnet. Erstmals nach 14 Jahren ging 2022 der Titel „Landessieger Baden-Württemberg“ wieder nach Berghausen. Die selbe Gruppe darf dadurch am Bundeswettbewerb vom 30.09. bis zum 02.10. in Mainz teilnehmen und den DRK-Landesverband Baden-Württemberg repräsentieren. „Wir sind sehr stolz auf unser Jugendrotkreuz! Das Wochenende war ein wundervolles Erlebnis, hat die Gruppe sehr zusammengeschweißt und allen großen Spaß bereitet. Genau das richtige nach der langen Pandemiezeit“, erzählt Lara Windschnurer.

Tagesprogramme für Kids in den Ortsvereinen

# KLEINE MAL GANZ GROSS ...



## ... in Hohenwetttersbach

**DRK Hohenwetttersbach beteiligte sich an städtischen Angeboten für Kinder und konnte begeistern.**

Mit sechs HelferInnen unterstützte das DRK Hohenwetttersbach am 4. Juli das Ferienprogramm „KLEVER“ des Stadtjugendausschusses. Neben „Sicherheit und Erste-Hilfe für Kinder“ aus dem ESHS-Programm, einem kleinen Bärenhospital, einem Notruftrainer für Kinder, jeder Menge RTW-Bastel- und DRK-Malaktionen, abkühlenden „Wasser-Spritzen“ stand natürlich auch die Besichtigung des Einsatzfahrzeuges und des Geräteanhängers auf dem Programm.

Im Rahmen der Europäischen Mobilitätswoche und anlässlich des Weltkindertags beteiligte sich der Ortsverein mit insgesamt 21 ehrenamtlichen HelferInnen aus allen Gemeinschaften auch bei der stadtweiten Aktion „Karlsruhe spielt!“. Weit über 300 Kinder folgten dem Aufruf und hatten Freude an den tollen Spiel- und Bewegungsangeboten. Leckere Snacks und Getränke machten den Tag perfekt.

### JugendgruppenleiterIn gesucht!

Der DRK-Ortsverein Hohenwetttersbach sucht eine/n Jugendgruppenleiter (m/w/d) zum Aufbau eines Jugendrotkreuzes und regelmäßigen JRK-Stunden im Ort. Die Ausschreibung dazu finden Sie im Internet unter [www.drk-hohenwetttersbach.de/ortsverein\\_jrk\\_wirsuchen](http://www.drk-hohenwetttersbach.de/ortsverein_jrk_wirsuchen). Text: Frank Trenkle



## ... in Flehingen

**Fröhliche Gesichter sah man am Ende des DRK-Kinderferienprogramms, das dieses Jahr nach mehrjähriger Pause erstmals vom Ortsverein Flehingen wieder angeboten werden konnte.**

Die sechs Jugendbetreuer hatten im Vorfeld ein buntes Programm rund um das Thema DRK zusammengestellt, was von den 19 Kindern zwischen sechs und elf Jahren begeistert angenommen wurde.

An insgesamt vier Stationen gab es tolle Informationen zum Thema Notruf und Erste Hilfe. Bei der Station Hygiene wurde das richtige Händewaschen einschließlich Händedesinfektion gelernt. Der Erfolg konnte anschließend sofort mittels einer Schwarzlichtlampe überprüft werden, wobei so Mancher doch nochmal etwas nacharbeiten musste. Das absolute Highlight war der vereinseigene Rettungstransportwagen, der bei Sanitätswachdiensten und Bereitschaftseinsätzen zum Einsatz kommt. Mit gro-

© Bilder: DRK Hohenwetttersbach



**Viele weitere DRK-Ortsvereine haben ähnliche Tage organisiert. Treten Sie mit Ihrem Verein für 2023 in Kontakt.**



## ... in Leopoldshafen

Am 27.08. und 28.08.2022 fand in Leopoldshafen das alljährliche Kinderfest statt. Der DRK-Ortsverein Eggenstein-Leopoldshafen hat sich auch dieses Jahr mit dem Bärenhospital sowie einer Wickelstation und der medizinischen Absicherung beteiligt.

Im Bärenhospital hatten die Kinder die Möglichkeit große Teddybären medizinisch unter fachmännischer Anleitung zu versorgen. So lernen die Kleinen spielerisch den richtigen Umgang mit Verbandsmaterialien. Es wurden viele Verbände bei den Bären angelegt. Bei kleineren Verletzungen wurde auch ein Pflaster geklebt oder seelischen Beistand geleistet. Manchmal hilft eben auch einfach eine Umarmung.

Zum richtigen Helfen in einer Notsituation gehört auch das Wählen des Notrufes, dies konnten die Kleinen realitätsnah mittels einer extra angefertigten Telefonanlage üben. Am Telefon tatsächlich mal die 112 anrufen wurde damit möglich. Am anderen Ende konnte ein Sanitäter von uns den Anruf annehmen und die Leitstelle simulieren. Die Kinder konnten so erste Erfahrungen beim absetzen eines Notrufes sammeln.

Das große Interesse von Groß und Klein an unseren Fahrzeugen hat uns positiv überrascht, wir zeigten und erklärten unsere Fahrzeuge. Den Einsatzleitwagen, den Gerätewagen-Sanität sowie den Gerätewagen Technik und Sicherheit konnte man sich vor Ort anschauen.

Wir freuten uns sehr über den großen Ansturm zu unserem Bärenhospital und der Wickelstation. Auch unsere Einsatzkräfte hatten etwas zu tun, so wurde einmal über die Leitstelle der Kindernotarzt vom Städtischen Klinikum Karlsruhe zur Medizinischen Versorgung eines Kindes angefordert. *Text: Achim Hecker*



© Bilder: DRK Flehingen



ßen Augen wurde erkundet, was darin so alles zu finden ist und bestaunt, was mit der Trage gemacht werden kann. Nach der Stärkung mit heißer Wurst, Brötchen sowie leckeren selbstgemachten Crêpes und Waffeln klang der Mittag mit einer Bastelstunde aus, wobei sich jeder seinen eigenen Rettungstransportwagen basteln und mit nach Hause nehmen durfte.

### Neustart für die Jugendgruppe

Der DRK-Ortsverein Flehingen e.V. würde sich sehr freuen, über das Ferienprogramm hinaus, bei einigen Kindern das Interesse für die Arbeit des DRK geweckt zu haben. Ab Mitte September war der Neustart des Jugendrotkreuzes in Flehingen geplant. Das Angebot richtet sich an Kinder und Jugendliche ab sechs Jahren, die Gruppenstunden finden wöchentlich freitags, von 17.30 Uhr bis 19.00 Uhr, statt. Nähere Informationen findet man auf der Internetseite [www.drk-flehingen.de](http://www.drk-flehingen.de) oder unter [leitung.jrk@drk-flehingen.de](mailto:leitung.jrk@drk-flehingen.de). *Text: Tobias Grund*



**Sabine Raupp von JRK-Büro vermittelt gerne zur entsprechenden oder nächstgelegenen Jugendrotkreuzgruppe: Tel: 07251 922 297, [jrk-buero@drk-karlsruhe.de](mailto:jrk-buero@drk-karlsruhe.de).**



© Bilder: DRK Eggenstein-Leopoldshafen

## dm-drogerie markt spendet für Hilfeleistungssystem des DRK Durlach



Ortsverein baut Vorhaltung für Großschadensfälle aus.

Bereits bei der Einweihung des dm-dialogicums in Durlach entstand die Idee, dass dm die Hilfeleistungen des DRK Durlach unterstützt. Es stellte sich sogleich die Frage, wie ein gemeinsamer Deal, sprich eine Win-win-Situation, zwischen dm-Markt und DRK Durlach aussehen könnte. Über verschiedene Kanäle liefen die Kontakte.

Am Mittwoch, den 3. August, erfolgte zwischen Frau Maren Frohne, der dm-Filialeiterin des dm-Marktes im ECE-Center und Herrn Bernhard Warter, dem DRK-Ortsvereinsvorsitzenden des DRK Durlach im dm-Markt im ECE-Center die Übergabe von Produkten aus dem Sortiment. Enthalten waren Hygieneartikel wie Zahnpasta, Duschgel, Waschlappen, Käämme, Lotionen, Cremes aber auch Windeln, Trinkfläschchen mit entsprechender Milchnahrung etc.. Diese Artikel sollen im Bedarfsfall bei Häuserbränden, Großschadensfällen, Bombenentschärfungen, Busunfällen etc. an plötzlich ohne Alles dastehende Personen ausgegeben werden.



Das DRK Durlach verfügt hierzu auch bereits über Trainingsanzüge in unterschiedlichen Größen, Kinderspielutensilien und mehr. Das Prinzip der Hilfeleistung erfährt dadurch eine entsprechende Erweiterung, die im Notfall dankbare Abnehmer haben wird und bei Erfordernis auch wieder aufgefüllt bzw. ausgetauscht werden soll.

Text: Frank Nordwig

## DRK-Ortsverein Völkersbach e. V. erhält „E-Mail-Spende“ der Netze BW

Die Freude war Jürgen Mauderer vom DRK-Ortsverein Völkersbach e. V. deutlich ins Gesicht geschrieben: Die Aktion „Mail statt Brief“ der Netze BW hatte einen unverhofften Betrag in Höhe von 1.756,04 Euro in die Vereinskasse gespült. Mit dieser Aktion verfolgt die Netze BW das Ziel, die KundInnen nicht mehr per Brief, sondern per E-Mail zu informieren, dass der Stand ihres Stromzählers wieder abgelesen werden muss. Die dadurch eingesparten Kosten gibt die Netze BW in Form einer Spende an gemeinnützige Organisationen vor Ort weiter. Wie jetzt an den DRK-Ortsverein Völkersbach e.V.. Außerdem wird so Papier eingespart und der Ausstoß von CO<sub>2</sub> reduziert.

Mit einer ähnlichen Aktion hatte die Netze BW zuvor bereits die Digitalisierung ihrer Zählerstandserfassung flankiert und konnte nach deren Abschluss gänzlich auf die früher üblichen Ablesekarten verzichten. „Gemeinsam haben wir in der dreijährigen Laufzeit unserer ersten Spendenaktion viel bewirkt“, sagt Thomas Pfeifle, Kommunalberater der Netze BW. Auch darum habe die Netze BW die neue Aktion „Mail statt Brief“ gestartet, erklärt Pfeifle: „Gerade in der aktuellen Situation ist es uns besonders wichtig, weiterhin gemeinnützige Organisationen und Vereine in Baden-Württemberg zu unterstützen.“ Bürgermeister Markus Bechler findet lobende Worte für die Aktion: „Durch die Corona-Pandemie haben gemeinnützige Einrichtungen und Vereine oft herbe Rückschläge erlitten. Es ist schön, dass mit dieser Spende das Ehrenamt gefördert wird. Damit können Angebote unterstützt werden, die nicht zuletzt das Gemeinschaftsgefühl in unserer Gemeinde stärken. Ich danke allen Bürgerinnen und Bürgern in Malsch, die sich per E-Mail benachrichtigen lassen und damit diese Spende erst möglich gemacht haben.“ Text: Guido Benz



Fröhliche Spendenübergabe in Völkersbach.

# Rätsel

Machen Sie mit! Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir jeweils einen von fünf Ambu LifeKey. Entfaltet erhöht er die Motivation in Notfallsituationen schnell zu handeln, denn er verhindert zuverlässig den direkten Kontakt mit Mund, Nase und Gesicht eines Patienten.



Lösungswort auf einer Postkarte senden an\*:  
 DRK-Kreisverband  
 Karlsruhe e. V.  
 Ettlinger Straße 13,  
 76137 Karlsruhe

Einsendeschluss:  
 02. Dezember 2022

Gewinner Juli 2022:  
 Erich Beetz, Ettlingen

\*Der/die GewinnerInnen erklären sich mit der Veröffentlichung ihres Namens einverstanden und werden schriftlich benachrichtigt.

lat.: von selbst (2 Wörter)	altgriech. Philosoph	Fortbewegungsmittel (Kurzzw.)	Fußspur	8	Fluss in Nord-England	Eltern-Teil (Statistik)	Großmutter	Ungeziefer	iran. Ex-Kaiserin
Knie-scheibe (Med.)							Hauptort von Nidwalden (CH)		hunde-artiges Raubtier
					Antennen-anordnung		antike Stadt in Persien		
Sagen-könig von Phrygien	1	Fußpunkt		Sprache in Europa					9
unspor-tlich						6	Be-wahner eines Erdteils	nordspan. Provinz	Auftrag-geber, Klient
			12	Beweg-grund		Teil von Vietnam			
Vor-silbe: vor (lat.)	elektron. Bauteil		Kartoffel-Gemüse-Auflauf						
Bundes-land Österreichs		2				Abk.: habilitatus	Auto-mobil-bauform		
			standes-amtliche Heirat		männl. Vorname				4
verwirt	wörtlich ange-führte Stelle						11	ugs.: Feier, Party	ital. Wirts-haus
kindlich unbe-fangen					amerik. Schrift-steller (Truman) †		Zwang-arbeit		
Gegen-satz zu „analog“	Spitz-name Gorbatschows		Film-fach-mann; Filmfan				5		
							ugs.: niederge-schlagen (engl.)	ugs.: dumpfer Schlag	jugosla-wischer Staats-mann †
römi-scher Sonnen-gott			Frucht-brei		kaufm.: Sollseite eines Kontos				
musikal.: Bebung							Kanton der Schweiz		7
Beauf-sichtigung, Schutz			10		Frage-fürwort				
leise rin-nen oder schneien							3	portug.: Sankti (vor Namen)	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

*essen auf Rädern*



LECKERE MENÜS  
TIEFKÜHLFRISCH  
ZUHAUSE GENIEßEN.

*beste Qualität*

Wir beraten Sie gerne!

Tel.: 07251 922 175  
www.drk-karlsruhe.de

# DRK-Medizinakademie

## Leitung:

Prof. Dr. med. Bernd-Dieter Gonska, Facharzt für Innere Medizin, Kardiologie, internistische Intensivmedizin, Leiter der DRK-Medizinakademie

## Beirat:

Prof. Dr. med. Albert J. Augustin, Jörg Biermann, Prof. Dr. med. Curt Diehm, Dr. med. Felix Flohr, Dr. med. Bernhard Kessler, Priv. Doz. Dr. med. Stephan Kirschner MBA, Dr. med. Matthias Kuch, Patrick Kwik, Prof. Dr. med. Lars-Johannes Lehmann, Dr. med. Brigitte R. Metz, Dr. med. Dirk Meyer-Rogge, Prof. Dr. med. Dr. h.c. Uwe Spetzger

## Epilepsie bei Kindern

Dr. med. Friedemann Lindmayer, Kinderarzt, Kindernotarzt und Neuropädiater



© FGV UMM

Aus Kinofilmen kennt jeder den typischen „großen Anfall“ mit dramatischem Hinfallen, Bewusstlosigkeit, steifzuckenden Armen und Beinen, viel Schaum vor dem Mund und Einnässen. Aber ein epileptischer Anfall kann auch kaum bemerkt werden:

Lara besucht die 3. Klasse der Waldschule. Mika, ein Mitschüler, hält gerade einen Vortrag über mittelalterliche Burgen und erklärte gerade, wie das mit der Toilette funktionierte und macht einen Witz. Die ganze Klasse lacht, doch Lara kann nicht mitlachen und überlegt, was Mika gesagt haben könnte, denn das letzte, an was sie sich gerade erinnern kann, war die Beschreibung von Erkern in der Burgmauer. Dummerweise ergeht es ihr öfter so, dass sie nicht so recht weiß, was gerade war. Die Lehrerin hat sie deswegen auch schon mehrmals ermahnt aufmerksamer zu sein und auch mit den Eltern gesprochen, da ihre Schulleistungen abgefallen sind. Das macht sie traurig. Dabei passt sie doch immer so gut auf! Jetzt soll sie deswegen auch noch zum Psychologen gehen. Das alles ärgert sie – und zurecht, denn Lara hat eine Form der Epilepsie, die bei ihr nicht erkannt wurde: eine Absenceepilepsie, eine häufige Epilepsieform im Grundschulalter.

Aber nicht selten haben diese Kinder bis zur Diagnose eine Odyssee hinter sich, von der Erziehungsberatung („unaufmerksam, frech“) bis zur teils jahrelangen Psychotherapie bis endlich mal jemand auf die Idee kommt, das Kind einem Kinderneurologen (Neuropädiater) vorzustellen. Dabei ist diese Form der Epilepsie sehr gut behandelbar – sofern sie diagnostiziert wurde. Von außen ist bei diesen Anfällen wenig zu sehen. Die Kinder fallen auch nicht um und sind nicht ohnmächtig.

*Ein epileptischer Anfall ist nicht immer leicht zu erkennen.*

Nur dem geschulten Beobachter fällt auf, dass bei den meist nur wenige Sekunden dauernden Anfällen das Kind mit den Fingern ein bisschen an der Kleidung nestelt, einen fernen Blick hat oder schmatzende Mundbewegungen macht. Das Kind hat für diese kurze Zeit aber eine komplette Erinnerungslücke. Manchmal treten diese „Absenzen“ mehrmals in einer Stunde auf. Wie soll ein Kind da in der Schule gut mitkommen? Während einer gezielten EEG-Untersuchung kann die Diagnose meist rasch gestellt und das Kind gut behandelt werden. So kann dann das Kind die Schule und sein Leben wieder erfolgreich meistern und nach der Pubertät, wenn die Epilepsie meist ausgeheilt ist, sogar seinen Führerschein machen.

Epilepsie ist eine häufige Erkrankung, 0,5 Prozent der Bevölkerung sind betroffen. Insgesamt gibt es 200.000 Kinder mit Epilepsie in Deutschland, davon sind die meisten gut behandelbar, haben keine oder sehr seltene Anfälle und führen

ein weitgehend normales Leben, wie viele prominente Epileptiker, z. B. Alexander der Große, Napoleon, Alfred Nobel, Edison, Elton John, Neil Young oder DJ Ötzi. Nur ca. 20.000 Kinder haben immer wieder Anfälle und gelten als schwer behandelbar (therapierefraktär), meist sind dies Kinder mit komplexen Schädigungen und Behinderungen.

### Wie leistet man „Erste Hilfe“ bei einem epileptischen Anfall?

- Ruhe bewahren, Blick auf die Uhr um Anfallsdauer angeben zu können
- Sicherheit für Patient und Helfer herstellen (Straßenverkehr, scharfe Gegenstände und Kanten)
- Rettungsdienst alarmieren (112)

**Buccolamgabe  
bei einem Kind.**



© Friedemann Lindmayer

© Katrin Lindmayer

- Wenn vorhanden Notfallmedikament geben, das viele Epileptiker bei sich führen, z. B. „Buccolam“ das in die Wangentasche gegeben wird (Foto)
- Auf keinen Fall einen Keil zwischen die Zähne geben oder Wasser einflößen!

### Welche Ursachen hat eine Epilepsie?

Neben den genetischen Epilepsiesyndromen durch Veränderung der Zellmembrane, können alle Veränderungen des 6-schichtigen Aufbaus der Großhirnrinde epileptogen sein (z. B. nach Hirnentzündungen, Verletzungen, Schlaganfall, Hirntumore).

### Was passiert bei einem Anfall im Gehirn?

Vernetzte Nervenzellen sind in gesteigerter Frequenz und abnormer Synchronie aktiviert und die hemmenden Impulse können die Erregung nicht mehr kontrollieren.

### Gibt es Auslöser für epileptische Anfälle?

Grundsätzlich kann jeder einen epileptischen Anfall bekommen, man muss nur die Bedingungen dafür schaffen. Alles, was die Hirnfunktionen destabilisiert, kann ein Auslöser sein: Schlafmangel, Flüssigkeitsmangel, Fieber (Fieberkrampf), aber auch psychische Belastung, Computerspiele, lange Bildschirmzeit.

### Wann tritt meist der erste Anfall auf?

Am häufigsten in der Neugeborenenperiode (3/1000 NG), davon 90 Prozent in der ersten Woche nach der Geburt. Bei Frühchen noch häufiger (bis 10 Prozent).

### Wie ist die Prognose der verschiedenen Epilepsien?

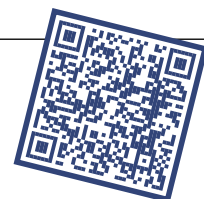
Gute Prognosen haben: Fieberkrämpfe, Absenceepilepsie des Schulalters, Rolando-Epilepsie. Einen weniger guten Verlauf haben meist Anfallsformen auf der Grundlage von Hirnfehlbildungen oder Anfallsformen die mit Sprachentwicklungsverzögerungen einhergehen (Landau-Kleffner-Syndrom). Neugeborenenanfälle (West-Syndrom) haben meist auch keine gute Prognose, besonders bei hoher Anfallslast. Manche Epilepsiesyn-drome gehen mit einer schweren Behinderung einher.

### Muss ein Kind mit einer Epilepsie immer behandelt werden und wie?

Nicht immer, aber wenn es immer wieder Anfälle hat, meist schon. Das Ziel der Therapie ist natürlich Anfallsfreiheit. Dies gelingt bei über 70 Prozent der Patienten. Ziel ist immer: gute Verträglichkeit, keine oder wenige Anfälle. Die Medikamente werden Antiepileptika genannt, und die modernen sind in der Regel gut verträglich. Bei bestimmten Konstellationen scheiden einzelne Medikamente aus: bei bestehenden Verhaltensstörungen: kein Levetiracetam, Frauen mit Kinderwunsch: kein Valproat, Verschlechterung in der Schule unter Topiramate: Alternative suchen. Letztendlich besteht die Aufgabe des Neuropädiaters darin, aus den über 30 Antiepileptika für jeden Patienten individuell die richtige Therapie auszuwählen und zur rechten Zeit weitere Therapieoptionen wie die „Ketogene Diät“, „Epilepsiechirurgie“ oder die „Vagus-Nerv-Stimulation“ anzuwenden.

## DRK-Sprechstunde via Youtube

Unser Youtube-Kanal behandelt spannende Gesundheitsthemen mit Ärzten und fundierten Experten in der DRK-Sprechstunde. Schauen Sie vorbei: [www.youtube.com/DRKKVKA](http://www.youtube.com/DRKKVKA) - dort finden Sie auch den Beitrag zum Thema Epilepsie.



## Kontaktieren Sie uns

### Ausbildung/Erste Hilfe

✉ [ersthilfe@drk-karlsruhe.de](mailto:ersthilfe@drk-karlsruhe.de)

Elvira Ismail

☎ 07251/922 122

Janine Topel

☎ 07251/922 124

### Betreuungsverein

G.-Braun-Straße 10, 76187 Karlsruhe

✉ [betreuungsverein@drk-karlsruhe-stadt.de](mailto:betreuungsverein@drk-karlsruhe-stadt.de)

Marius Schwarz

☎ 0721/97 13 104

### Rotkreuzdienste

Martin Kohl

☎ 07251/922 121

### Bewegungsgruppen

☎ 07251/922 189

### Essen auf Rädern

✉ [essen@drk-karlsruhe.de](mailto:essen@drk-karlsruhe.de)

Ulrike Maier

☎ 07251/922 175

### DRK-Notrufsysteme

Beatrice Kovacic

☎ 07251/922 172

Sabrina Linsel

☎ 07251/922 176

### Notrufzentrale

☎ 07251 / 922 0

### DRK-Notrufsysteme Außendienst

✉ [hausnotruf@drk-karlsruhe.de](mailto:hausnotruf@drk-karlsruhe.de)

Marina Bayerl

☎ 0172/10 25 972

Norma Biermann

☎ 0172/10 06 929

Cäcilia Busch

☎ 0152/ 547 69 355

Sabine Hessenauer

☎ 0172/ 72 23 777

### Jugendrotkreuz, Schulsanitätsdienst

✉ [jrk-buero@drk-karlsruhe.de](mailto:jrk-buero@drk-karlsruhe.de)

Sabine Raupp

☎ 07251/922 297

### Mitgliederabteilung

✉ [mitglieder@drk-karlsruhe.de](mailto:mitglieder@drk-karlsruhe.de)

Nina Jelinek

☎ 07251/922 160

Daniela Rupp

☎ 07251/922 162

### DRK-ServiceZeit, FSJ/BFD-Beauftragte

✉ [soziales@drk-karlsruhe.de](mailto:soziales@drk-karlsruhe.de)

Andrea Welker

☎ 07251/922 181

### Suchdienst

Nina Jelinek

☎ 07251/922 160

✉ [jelinek@drk-karlsruhe.de](mailto:jelinek@drk-karlsruhe.de)

### W54 Gebrauchtes bringen oder kaufen

Weißhoferstraße 54-56, 75015 Bretten

Öffnungszeiten: Mo.-Fr.: 10-18 Uhr, Sa.: 10-13 Uhr

Team der W54

☎ 07252/9664237

### Klamotte

Friedrichstr. 15, 76669 Bad Schönborn-Mingolsheim

Öffnungszeiten: Montag + Mittwoch 15.00 bis 17.00 Uhr

Team der Klamotte

☎ 07253/72 62

## Wir trauern um unsere Verstorbenen:



**Erwin Schilling**, Spöck  
**Frank Hofheinz**, Spöck  
**Alfons Köhler**, Huttenheim  
**Werner Abt**, Malsch  
**Ingrid Günther**, Unteröwiesheim  
**Alfons Zorn**, Neuenbürg  
**Herrmann Hauser**, Spielberg  
**Georg-Josef Evin**, Spöck



Das Deutsche Rote Kreuz  
trauert um seinen lang-  
jährigen aktiven Kameraden

## Georg- Josef Evin.

Vor 66 Jahren, im Jahre 1956, trat Georg-Josef (Schorsch) in den DRK-Dienst ein. Ihn als aktives Mitglied zu bezeichnen ist zwar zutreffend, würde ihm aber nicht gerecht werden. Er gründete den Katastrophenschutz in Spöck, war Unterkreisführer im K-Schutz Karlsruhe-Land. Im DRK-Ortsverein Spöck war er 18 Jahre stellv. Bereitschaftsleiter, 3 Jahre 2. Vorsitzender und 6 Jahre an der Spitze.

1984 wurde ihm das Ehrenzeichen des DRK-Kreisverbandes Karlsruhe, die Verdienstmedaille des DRK-LV Baden-Württemberg, sowie 1991 die Verdienstnadel des DRK-OV Spöck e. V. verliehen. Dort wurde er 2001 zum Ehrenmitglied ernannt. Er gründete die Wanderabteilung des Vereins und bei allen Einsätzen war er der ruhende Pol, der jede Situation im Griff hatte.

Du wirst im DRK-Spöck immer präsent sein.  
Lieber Schorsch, ruhe in Frieden.

**DRK-Ortsverein Spöck e.V.**  
**DRK-Kreisverband Karlsruhe e.V.**



# Mentale Gesundheit in Krisenzeiten

Fernsehnachrichten, Push-Notifikationen oder Beiträge in den sozialen Medien – das Bedürfnis nach und die Menge an aktuellen Informationen hat mit dem Konflikt in der Ukraine und dessen globale Folgen deutlich zugenommen. Unser Gehirn ist somit nahezu ständig damit beschäftigt, Videos und Artikel zu filtern, einzuordnen und zu interpretieren. Bei vielen von uns kann das zu Überforderung oder gar einer depressiven Verstimmung führen.

Frau Dr. Birgit Wahl ist Expertin sowie fachliche Leitung der Psychosozialen Notfallversorgung (PSNV) beim Bayerischen Roten Kreuz und hat in einem Interview unsere Gefühle eingeordnet und sieben Tipps gegeben, wie es gelingen kann, mit der Situation besser umzugehen.

## Die Zusammenhänge

„Wir sehen die Bilder und sorgen uns um uns und andere. Dies führt zu Ängsten und dauerhaftem Stress. Unser Gehirn schüttet Stresshormone aus, wie z. B. Adrenalin und Cortisol. Gleichzeitig werden auch unsere Urinstinkte aktiviert – dies ist beispielsweise der Impuls, sich ‚tot zu stellen‘ oder aber flüchten zu wollen. Unser Problem ist jedoch, dass vor allem Letzteres, also die Flucht, in unserer modernen Gesellschaft kaum möglich ist – denn man ist quasi in jeder Sekunde mit der Situation konfrontiert. Das führt in einen Zwiespalt: wir wissen nicht, wie wir mit der Situation umgehen sollen. Dazu kommen weitere Gefühle wie Betroffenheit oder Wut. In Kombination mit der Handlungsunfähigkeit, die wir im ersten Augenblick spüren, fühlen sich die meisten machtlos und ohnmächtig. Eine gefährliche Mischung, die zu dauerhaftem Stress im Körper führt“, sagt die Expertin Dr. Birgit Wahl.

Text/Quelle: Bayerisches Rotes Kreuz



## 7 TIPPS FÜR IHRE MENTALE GESUNDHEIT

### 1. BEGRENZEN SIE IHRE MEDIEN-NUTZUNG

Konsumieren Sie Nachrichten und soziale Medien nur zwei bis drei Mal pro Tag. Vermeiden Sie die Nutzung direkt nach dem Aufwachen oder kurz vor dem Einschlafen.

Ihr Smartphone für ein paar Stunden wie ein Festnetztelefon zu behandeln und lassen Sie es in einem anderen Raum.

### 2. SEIEN SIE EIN VORBILD

Kinder spiegeln das Verhalten von Eltern, Großeltern oder anderen Vorbildern in ihrem direkten Umfeld. Klären Sie Kinder darüber auf, wie moderne Medien genutzt werden und wo die Stolpersteine liegen.

### 5. NEHMEN SIE SICH ZEIT, MIT ANDEREN ZU SPRECHEN

Wir alle können von den Nachrichten überfordert werden. Wenn Sie und Ihre Lieben nicht genau wissen, wie Sie mit bestimmten Meldungen umgehen sollen, nehmen Sie sich Zeit, gemeinsam darüber zu sprechen.

### 3. SCHALTEN SIE PUSH-NOTIFIKATIONEN AUS

Sie können kontrollieren, wann und wie häufig Sie Nachrichten-Apps nutzen. Ohne Notifikationen entscheiden Sie sich bewusster für Momente, in denen Sie relevante Inhalte konsumieren wollen und können.

### 6. SCHLAFEN SIE GUT

Ausreichender und guter Schlaf ist wichtig, um Ihre mentale Gesundheit zu stärken. Achten Sie daher auf einen erholsamen Schlaf und holen Sie sich Unterstützung, falls es Ihnen nicht gelingt.

### 4. DISTANZ ZUM SMARTPHONE GEWINNEN

Nachdem Sie Nachrichten gelesen und Ihre soziale Medien genutzt haben, versuchen Sie,

### 7. HANDELN SIE

Handeln ist ein wirksames Mittel zur Überwindung von Ohnmachtsgefühlen und Ängsten. Es vermittelt ein Gefühl der Kontrolle und ist eine nützliche Bewältigungsstrategie. Konzentrieren Sie sich auf die Dinge, die Sie beeinflussen können.

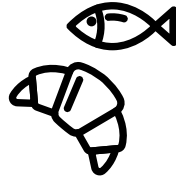


# DIE AMPEL

## FÜR EINE BESSERE ERNÄHRUNG

*Der Nutri-Score bewertet verarbeitete Lebensmittel und soll eine einfache Orientierung für eine bewusste Auswahl sowie ausgewogene Ernährung bieten.*

**Eine gesunde Ernährung ist unerlässlich. Die oft langen und komplizierten Angaben der Inhaltsstoffe machen die Wahl vieler Lebensmittel nicht einfach. Ein vergleichsweise einfaches Siegel soll hier Abhilfe schaffen – der Nutri-Score. Den Begriff kann man mit Ernährungsauswertung übersetzen. Auch unser Menü-Service-Partner apetito kennzeichnet freiwillig die Menüs und Menükomponenten. Zusammen schaffen wir einen Überblick:**

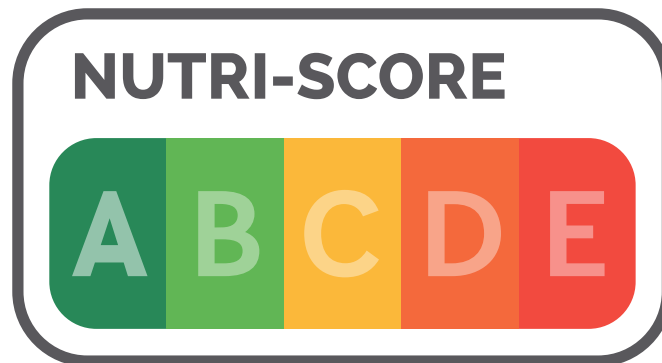


Der Nutri-Score fasst das Nährwertprofil eines Produktes zusammen, bewertet es und bildet das Ergebnis auf der fünf-stufigen Farb- und Buchstaben-skala leicht verständlich ab.

Das bunte Logo dient als erweiter-te Nährwertkennzeichnung. Damit werden die EU-weit einheitlich geregelten Pflichtkennzeichnun-gen sinnvoll ergänzt.

Die neue Kennzeichnung hilft, das Nährwertprofil von Lebensmitteln einer Kategorie auf einen Blick zu vergleichen.

Der Nutri-Score ist ein freiwilliges Nährwertkennzeich-nungsmodell, das in Deutschland seit dem 6. November 2020 rechtssicher verwendet werden kann.



Es werden ernäh-rungsphysiologisch günstige und un-günstige Nährwert-bestandteile gegen-einander verrechnet und der ermittelte Gesamtwert einer Skala zugeordnet.

Als günstig eingestuft werden der Gehalt an Proteinen, Ballaststof-fen und der prozentuale Anteil an Obst, Gemüse, Hülsenfrüchte, Nüsse sowie an Raps-, Oliven- und Walnussöl.

Grün gekennzeichnete Produkte weisen ein günstiges Nährwertprofil auf, orange (D) oder dunkelrot (E) gekennzeichnete Artikel weisen ein eher ungünstiges Nährwertprofil auf. Somit stehen ein hervorgehobenes (A) oder (B) in dem Logo für eine hohe Nährwertqualität. Lebensmittel mit dieser Kennzeichnung sind für eine gesunde Ernährung gut geeig-net. Natürlich dürfen ab und zu auch mit (D) oder (E) gekennzeichnete Lebensmittel auf dem Speiseplan stehen. Entscheidend ist der optima-le Mix auf dem Teller!

Als ungünstig eingestuft werden der Ener-giegehalt (kcal) und der Gehalt an Zucker, gesättigten Fettsäuren und Natrium (Salz).



Auf [www.apetito.de](http://www.apetito.de) finden Sie weitere span-nende Themen rund um die Ernährung.



Bewirb' dich jetzt für  
den Rettungsdienst:

**Rettungshelfer/  
Rettungssanitäter/  
Notfallsanitäter**  
(m/w/d)

**KOMM IN  
UNSERE  
MITTE!**



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

Kreisverband Karlsruhe e. V.

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