

# rotkreuz

## Nachrichten

Ausgabe Mai 2019



## UNSERE THEMEN

- Der Weltrotkreuztag am 8. Mai
- Interkulturelle Kommunikation
- Urteil stärkt Hilfsorganisationen im Rettungsdienst
- Großeinsatz im Karneval
- Die Schattenseite der Sonne
- Rätsel

## Liebe Rotkreuzmitglieder,

im Kreisverband stand der Umzug unserer Geschäftsstelle im Zentrum der Arbeit vergangener Wochen. Sie finden uns jetzt in der Oskar-Jäger-Straße 42 in Ehrenfeld, unmittelbar gegenüber der bisherigen DRK-Zentrale. Ebenfalls im Neubaukomplex finden Sie unsere Tagespflege, die Ende März erfolgreich an den Start ging. Hier erfahren bis zu 15 pflegebedürftige Menschen täglich eine professionelle und zugewandte Betreuung.

Der 8. Mai ist für uns alle ein wichtiger Tag, an dem der Rotkreuzgedanke gewürdigt wird. Zum Weltrotkreuz- und Rothalbmondtag spüren wir nicht nur in Deutschland, sondern rund um den Globus, wie wichtig unsere Arbeit ist. Informationen zum Hintergrund des Weltrotkreuztages lesen Sie in dieser Ausgabe.

Außerdem möchten wir, dass Sie gut durch die wärmste Jahreszeit kommen und haben einige Tipps für Ihren unbeschwerten

Sommergenuss zusammengestellt. Denn das vergangene Jahr hat mit seinen Hitzerekorden nicht nur für einige Sonnenbrände gesorgt, leider gab es auch mehr Badeunfälle als im Vorjahr.



Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen Ihrer rotkreuzNachrichten.  
Bleiben Sie gesund!

Herzliche Grüße, Ihre

*Katharina Schulte*

Katharina Schulte  
Vorsitzende DRK-Kreisverband Köln e. V.

# Die Welt feiert

Am 8. Mai wird weltweit der Weltrotkreuztag begangen. Mit 191 Ländern ist die Rotkreuz- und Rothalbmondbewegung die größte humanitäre Organisation der Welt. Doch was feiern wir da eigentlich genau?

Genauer ist es der Weltrotkreuz- und Rothalbmondtag, der am 8. Mai gefeiert wird, am Geburtstag Henry Dunants. Der im Jahr 1828 geborene Schweizer Geschäftsmann gilt als Begründer der Rotkreuzbewegung.

Aber soll der Tag wirklich an Henry Dunant erinnern?

Die Ursprünge gehen zurück in die 1920er Jahre. 1922 gab es in der damaligen Tschechoslowakei innenpolitische Spannungen und die nationale Rotkreuzgesellschaft rief zu Ostern eine dreitägige Waffenruhe der Konfliktparteien aus. Diese Tage wurden „Rotkreuzfrieden“ genannt und machten auf die Öffentlichkeit einen großen Eindruck. So entstand schließlich die Idee, jedes Jahr einen Tag des Friedens zu begehen.

Es dauerte jedoch noch einige Jahre, bis der Beschluss gefasst wurde: Erst auf der 16. Internationalen Konferenz in London 1938 wurde der „Tag des Friedens“ von den nationalen Rotkreuzgesellschaften auf den Weg gebracht. Der 2. Weltkrieg sollte dann jedoch dafür sorgen, dass weitere Jahre ins Land gingen, ehe der Tag zum ersten Mal 1948 als Bekenntnis zum Frieden in der ganzen Welt begangen wurde. Als Datum wurde Dunants Geburtstag, der 8. Mai, gewählt. Seit 1984 heißt der Tag Weltrotkreuz- und Rothalbmondtag.

Weltweit finden am 8. Mai viele Veranstaltungen statt, um die Anliegen der Rotkreuz- und Rothalbmondbewegung zu verbreiten. Viele Ortsvereine, Kreis- und Landesverbände öffnen ihre Tore zum Tag der offenen Tür und informieren dabei auch über die zahlreichen Möglichkeiten, im Verband aktiv mit anzupacken. Denn viele Bereiche des



Am Albertus-Magnus-Platz vor dem Uni-Hauptgebäude in Köln stehen am Weltrotkreuztag DRK-Helfer und -mitarbeiter von 9:00 bis 14:00 Uhr und stellen ihre Arbeit vor. Sie sind ganz herzlich eingeladen!

Foto: Ismail Bulut

DRK basieren auf ehrenamtlichem Engagement. In allen 191 nationalen Gesellschaften unterstützen insgesamt 14 Millionen aktive Freiwillige das Rote Kreuz. Im Deutschen Roten Kreuz sind bundesweit rund 426.000 ehrenamtliche Helfer engagiert. DRK-Präsidentin Gerda Hasselfeldt erklärte auf der 68. Ordentlichen Bundesversammlung des DRK in Berlin: „Ohne ein starkes Ehrenamt werden wir die gesellschaftlichen Herausforderungen, die vor uns liegen, nicht lösen können.“ Deshalb liege es ihr am Herzen, das ehrenamtliche und bürgerschaftliche Engagement in Deutschland zu stärken.

Traditionell nutzt das DRK den 8. Mai zudem für die Veröffentlichung seines Jahrbuchs. Es dokumentiert die vielfältige Rotkreuzarbeit und fasst die Höhepunkte aus dem vergangenen Jahr zusammen – sei es beispielsweise in der Auslandsarbeit, im

Katastrophenschutz oder rund um das Ehrenamt.

Noch nie war die Zahl der Menschen, die vor Konflikten und Kriegen fliehen, so hoch wie heute. Über 65 Millionen Männer, Frauen und Kinder sind weltweit auf der Flucht. An diesem Weltrotkreuz- und Rothalbmondtag, am 191. Geburtstag Henry Dunants, ist es daher genauso aktuell wie zu Beginn des vergangenen Jahrhunderts, den Frieden zu würdigen. So erinnert der Tag an den Gründer und an die Werte, für die er gekämpft hat: Menschlichkeit, Unparteilichkeit, Neutralität, Unabhängigkeit, Freiwilligkeit, Einheit und Universalität.

**Wollen auch Sie aktiv werden? Hier erfahren Sie, wie Sie ein Teil der Rotkreuzfamilie werden: <https://www.drk.de/mitwirken/der-mensch-im-mittelpunkt-ehrenamt-beim-drk/>**



Am 8. Mai machen am Genfersee Flaggen auf den Weltrotkreuztag aufmerksam

Foto: ifrc.org

# Einander verstehen lernen

Ein Seminar für interkulturelle Kommunikation ermöglicht Teilnehmern der Freiwilligendienste einen intensiven Austausch und einen Perspektivenwechsel.

Auf einem Blatt Papier zeichnet Maymouna al Hussein einen Baum. Ein Kind schaukelt an dessen Arm. Begriffe wie **Familie, Kinder, Zusammensein, Unterstützung** verzieren die Äste des Baums. Ihr Bild legt al Hussein schließlich auf den Boden, auf dem sich noch weitere Blätter mit Zeichnungen und Notizen befinden.

Zusammen mit 20 weiteren jungen Menschen, die beim DRK einen Freiwilligendienst absolvieren, sitzt die 35-Jährige in einem Seminar für interkulturelle Kommunikation. Es ist eine bunt gemischte Gruppe aus Menschen mit und ohne Migrationshintergrund. Die Teilnehmer erzählen von ihrer Kindheit, von ihrer Herkunft, von ihren Wünschen und Erfahrungen. Sie schauen sich die Zeichnungen der anderen an. Sie diskutieren lebhaft über Vorurteile, Werte und Normen.

„Der erste Schritt ist zu reflektieren, welche Idealwerte uns unsere Erziehung und unsere Kultur mitgeben“, erläutert Seminarleiter Dr. Adel Yusuf, der in Köln Psychotherapie in arabischer und anderen Sprachen anbietet. Die Teilnehmer sollen durch den Austausch Vorurteile identifizieren und jeweils ein differenziertes



Foto: Ismail Bulut

**Interkultureller Austausch** hilft Vorurteile auf beiden Seiten zu überwinden

Bild vom Anderen bekommen. „Die meisten Menschen halten ihre Lebensform als die beste und einzig richtige“, sagt Dr. Yusuf. Die interkulturelle Begegnung soll helfen, dass Menschen unterschiedliche Lebenskonzepte respektieren und anerkennen. Nicht die Defizite sollen im Vordergrund stehen, sondern die Gestaltung der Integration als Vorteil für alle.

Maymouna al Hussein, die vor drei Jahren aus Syrien kam, hat das Seminar sehr gut gefallen. Sie findet das Thema Integration besonders wichtig. „Wir können einander sehr viel geben“, sagt die ehemalige Arabischlehrerin. Der Freiwilligendienst sei für sie eine gute Chance, viel vom Leben und Arbeiten in Deutschland kennenzulernen. Im Rahmen eines BFD, der sich speziell an geflüchtete Menschen richtet, engagiert sich al Hussein seit einem halben Jahr in einer Förderschule. Gerne will sie später wieder im pädagogischen Bereich arbeiten. Eine Zusage für einen Ausbildungsplatz als Erzieherin hat sie schon.

Informationen zum BFD für Menschen mit Fluchterfahrung: 0221 93 190 44 [www.freiwilligendienste-koeln.de](http://www.freiwilligendienste-koeln.de)

# DRK begrüßt Gerichtsurteil

Keine europaweite Ausschreibung des Rettungsdienstes erforderlich: Notfallrettung bleibt Sache der Hilfsorganisationen.

Mit seinem Urteil zu der sogenannten Bereichsausnahme stärkt der Europäische Gerichtshof (EuGH) die Position der Hilfsorganisationen. Da es sich bei der Versorgung von Notfall-Patienten in einem Rettungswagen durch Fachpersonal um Gefahrenabwehr handelt, sei eine Bereichsausnahme möglich. Kommunen müssen demnach die Dienstleistungen im Rettungsdienst nicht europaweit ausschreiben, wie private Unternehmen dies gefordert hatten.

„Die Entscheidung des Europäischen Gerichtshofs begrüßen wir sehr. Dies bedeutet, dass wir unsere bisherige Arbeit erfolgreich fortsetzen können“, sagt Christoph Burghammer, Fachbereichsleiter beim Kölner Roten Kreuz. Gerade im Rettungsdienst, bei dem es um Leben und Gesundheit von Menschen geht, sei die Verankerung vor Ort und die langjährige Erfahrung der Dienstleister



Foto: Ismail Bulut

**Blaues Licht und rotes Kreuz** sorgen für Sicherheit

unerlässlich ebenso wie die medizinischen Standards und die Qualifizierung des Fachpersonals.

Das Kölner Rote Kreuz ist seit den 70er Jahren in den Rettungsdienst der Stadt Köln eingebunden. Neben der langjährigen Erfahrung weist Burghammer auch auf die besondere Stärke der Hilfsorganisationen hin: Das Engagement im Ka-

tastrophenschutz. So verfüge z. B. das Kölner Rote Kreuz über eine umfangreiche ehrenamtliche Struktur, die in Notfällen oder Katastrophen dem Rettungsdienst tatkräftig zur Seite stehe. Ob nach dem Einsturz des Stadtarchivs oder bei den Bomben-Evakuierungen, wären viele Einsätze ohne die ehrenamtlichen Helfer der Hilfsorganisationen nicht möglich.

# Helfen statt feiern

Die fünfte Jahreszeit bedeutet für die Rotkreuzhelfer und Rettungsdienstmitarbeiter einen Großeinsatz.



Fotos: Adrian Kaczei

Mit Millionen Besuchern, hunderten Feiern und dutzenden Umzügen bringt der Karneval Köln in einen Ausnahmezustand. Während die Jecken gelassen feiern, sorgen die ehrenamtlichen Helfer der Hilfsorganisationen für ihre Sicherheit. Alleine vom Kölner Roten Kreuz waren in diesem Jahr von Weiberfastnacht bis Aschermittwoch 412 Einsatzkräfte, darunter zehn Ärzte im Einsatz. Unterstützung bekamen die Kölner Helfer auch z.B. vom Roten Kreuz aus Monaco und von zahlreichen DRK-Verbänden aus Deutschland. Vom Straßenkarneval im „Kwartier Latäng“ über den Funkenbiwak bis zu

den zahlreichen Veedelszügen waren DRK-Helfer zur Stelle, wenn Hilfe gebraucht wurde. Glücklicherweise blieb es mit insgesamt 230 Erste-Hilfe-Einsätzen eher überschaubar. Die Sanitäter mussten hauptsächlich kleinere Blessuren oder Schnittwunden versorgen oder sich um alkoholisierte Jecken kümmern. Neben dem Sanitätstrupp waren auch Ehrenamtler des DRK-Verpflegungsteams im Einsatz. Rund 600 warme Gerichte bereitete das zehnköpfige Team zu, um ihre Kollegen vor Ort mit Essen zu versorgen. „Der Straßenkarneval ist jedes Jahr eine ganz besondere Herausforderung

für uns“, sagt DRK-Kreisbereitschaftsleiter Michael Andres. Er ist froh, dass der Einsatz trotz Wetterkapriolen und Sturmwarnung reibungslos verlief. „Unsere Helfer haben gemeinsam in den sechs Tagen rund 4.000 ehrenamtliche Stunden geleistet!“, berichtet Andres stolz und bedankt sich bei Einsatzkräften für das Engagement.

**Aktuelle Informationen über die Einsätze der ehrenamtlichen Bereitschaften finden Sie unter:**  
[www.ehrenamt.drk-koeln.de](http://www.ehrenamt.drk-koeln.de)  
[www.facebook.com/roteskreuzkoeln](https://www.facebook.com/roteskreuzkoeln)

# Lebensgestaltung im Alter

Ein Aktionstag im Gürzenich bietet Besuchern Informationen über Dienste und Angebote für ältere Menschen.

Im Rahmen der jährlichen Seniorenmesse „Gesund & mobil im Alter“ präsentierten mehr als 50 Kölner Institutionen, Vereine, Selbsthilfegruppen und Organisationen im Gürzenich ihre Angebote für Senioren. Neben den Infoständen der Aussteller gehörten auch zahlreiche Fachvorträge zu den Themen Gesundheit, Sicherheit und Vorsorge zum Programm der Veranstaltung. Auch das Kölner Rote Kreuz war mit zahlreichen Beteiligungen und mit einem eigenen großen Stand präsent. Die Besucher konnten sich über die vielfältigen Dienste und Angebote – vom Menüservice über Hausnotruf bis zu der neu gestarteten DRK-Tagespflege – informieren und bei einem Gewinnspiel mitmachen. Wolfgang Schaefer, der als Fachbereichsleiter für die Seniorenar-



beit des Roten Kreuz in Köln zuständig ist, zeigte sich sehr zufrieden mit der Resonanz der Messebesucher. Für ihn sei der Aktionstag aber auch eine ideale Plattform, um viele Fachkollegen zu treffen und sich auszutauschen.

**„Hilfen aus einer Hand“  
Informationen über die Dienste und Angebote für ältere Menschen finden Sie unter:**  
[www.drk-koeln.de/senioren](http://www.drk-koeln.de/senioren)

# Tipps

## Aktuelle Reiseziele

**Reisen in einer guten Gemeinschaft**  
 ...mit über 45 Reisezielen, ausgesuchten Hotels, individueller  
 Beratung, Abholservice und mit DRK-Reisebegleitung vor Ort!



### Gifhorn

#### *Das Tor zur Lüneburger Heide*

Direkt vor den Toren der niedersächsischen Landeshauptstadt Hannover befindet sich mit dem Naturpark Südheide ein wahres Naturparadies. Die Landschaft ist geprägt durch Hügel, Seen, Wälder und Moore sowie durch die Flüsse Aller, Lachte und Örtze. Gegenüber dem einzigartigen internationalen Wind- und Wassermühlenmuseum liegt am südlichen Rand der Fachwerkstadt Gifhorn das Vier-Sterne Morada Hotel Isetal. Hier finden Sie den optimalen Rahmen für einen erlebnisreichen, angenehmen und erholsamen Kurzurlaub.

**25.8. – 30.8.2019**  
 DZ / HP ab 829,- €



### Bad Kissingen

#### *Kurort mit Tradition*

Eingebettet in das Tal der sanft-hügeligen Landschaft der Fränkischen Saale, liegt der weltbekannte Kurort Bad Kissingen. Gesundheit hat hier Tradition. Ob gekrönte oder ungekrönte Häupter, Maler, Schriftsteller oder Musiker: Sie alle wussten die salzhaltigen Quellen des Bayerischen Staatsbades bereits vor langer Zeit zu schätzen. Reich an natürlichen Heilmitteln, beeindruckender historischer Architektur sowie herrlichen Park- und Kuranlagen bietet die Stadt ihren Gästen bis heute Urlaub vom Feinsten.

**12.8. – 19.8.2019**  
 DZ / HP ab 799,- €



### Bad Zwischenahn

#### *Urlaub wie Sie ihn mögen*

Das staatlich anerkannte Moorheilbad liegt direkt an der „Perle des Ammerlandes“ – dem Zwischenahner Meer – und hat mit dem farbenprächtigen Kurpark und einem breiten Veranstaltungsangebot einiges zu bieten. Nur 300 m entfernt vom Zwischenahner Meer, in idyllischer und ruhiger Lage am Ortsrand, besticht das Ambiente des Hotel Budden durch eine außerordentlich gastfreundliche und familiäre Atmosphäre.

**08.09.-22.09.2019**  
 DZ / HP ab 1.249,- €



Ausführliche Informationen zu diesen und zahlreichen weiteren Reisezielen finden Sie im DRK-Reisekatalog, den Sie kostenlos und unverbindlich bestellen können: **Tel. 0221- 54 87 222**  
 Mehr zu DRK-Reisen finden Sie auch im Internet unter: **[www.drk-koeln.de/reisen](http://www.drk-koeln.de/reisen)**  
*Termin- und Preisänderungen vorbehalten. Alle Preisangaben gelten pro Person.*

# Die Schattenseite der Sonne

Ob im Freibad, am Strand oder im heimischen Garten: Sonne zu tanken, gehört für viele Menschen zu einem gelungenen Sommertag dazu. Doch für die Haut werden lange Sonnenbäder oft zur Tortur.



Foto: Daeddy Cool / Fotolia

**Regelmäßig und gut eincremen** gehört zu einem Sonnenbad dazu

Die Sonne ist ein Gesundbrunnen. Ihre Strahlen regen die Produktion von Glückshormonen an und sind wichtig bei der Bildung des Vitamins D, das für Knochenbau und Immunsystem gebraucht wird. Ein Sonnenbad macht fröhlich, hält gesund und gibt der Haut eine angenehme Tönung – allerdings nur, wenn man sich die Strahlen in Maßen gönnt. Denn UV-Strahlung kann genverändernd wirken und zu Hautkrebs führen.

Die Regeln für gesundes Sonnenbaden sind ganz einfach: regelmäßig und gut eincremen, möglichst nicht in der Mittagszeit in die Sonne gehen, sich eher im Schatten aufhalten, viel trinken und die Haut auch nach dem Bad in der Sonne pflegen. Trotzdem kann es zu Sonnenbränden kommen – im Süden übrigens auch bei wolkeigem Himmel. Dabei bereitet die Überdosis während des Sonnens oft noch keine Beschwerden. Erst etwa fünf Stunden später rötet sich die Haut und schmerzt.

Während ein Sonnenbrand nicht akut gefährlich ist, muss bei einem Hitzschlag sofort der Rettungsdienst gerufen werden, erklärt DRK-Bundesarzt Dr. Peter Sefrin: „Ein Hitzschlag entsteht in schwül-warmer Umgebung. Es kommt zu einer Aufwärmung des Körpers durch die unzureichende Möglichkeit, Körperwärme abzugeben. Die Körpertemperatur kann in kürzester Zeit auf über 40 Grad ansteigen. Dann können Bewusstseinsstörungen und Krämpfe folgen.“ Übrigens: Gerade an den ersten heißen Tagen unterschätzen viele Menschen die Gefahren der Sonne. Daher ist es wichtig, bereits jetzt für genügend Sonnenschutz zu sorgen.

## Mögliche Symptome für einen Hitznotfall sind:

Bewusstseinsbeeinträchtigung, Halluzinationen, schneller Pulsschlag, niedriger Blutdruck, Kopfschmerz, Übelkeit und Erbrechen, heiße und trockene Haut, Atembeschwerden

## Was Ersthelfer machen können:

Notruf unter 112 absetzen, Oberkörper erhöht lagern und den Kopf mit nassen Tüchern kühlen, kühlen Wind zufächern, Mineralwasser geben, auf Kaffee oder Tee verzichten, Kontrolle von Bewusstsein und Atmung

## Gesichtsmaske bei einem Sonnenbrand

Selbstgemachte Masken mit Aloe vera lindern die Beschwerden von sonnengereizter Haut. Honig wirkt dabei desinfizierend und unterstützt den Heilungsprozess.

### Für die Gesichtsmaske brauchen Sie:

- einen Teelöffel Aloe-vera-Gel (erhältlich in Apotheken und Drogeriemärkten)
- einen Teelöffel Honig
- 100 Gramm Naturjoghurt

### So wird es gemacht:

Vermischen Sie alle Zutaten zu einer glatten Masse und verteilen Sie diese großzügig im Gesicht. Lassen Sie die Maske 15 Minuten Zeit, die Haut mit Nährstoffen zu versorgen und zu kühlen. Entfernen Sie sie anschließend mit lauwarmen Wasser. Als Alternative zum Aloe-vera-Gel eignet sich auch Speisequark, der mit einigen Tropfen Olivenöl gemischt wird.

## Rätsel

Hausmodernisierung	Sanitätsfahrzeug	Anzahl der Kegelhölzer	Füllung	lateinisch: und	Grillgitter	Anschnallriemen im Kfz	Haarpflegemittel, Gallert
▶	▼	▼	▼	▼	▼		▼
					1		
Förderer, Ratgeber	▶					DRK-Botschafterin (Maybrit)	▼
Ausruf des Missfallens	▶	5		Ausdrucksweise	▶	4	
						Nadelbaum, Taxus	scharf gefaltete Stelle
Gründer des Roten Kreuzes		Wendekommando beim Segeln		schmal	Fußballmannschaft	▶	▼
deutsch-französ. TV-Sender	▶		3		Kurzform von Katharina	▶	
salopp: eine	6		DRK-Botschafterin (Carmen)	▶			2
Kram, Sachen	▶				metallhaltiges Gestein	▶	
				7			

RM211677 201902

Rätsellösung: Rettung

## Impressum

rotkreuzNachrichten Köln

**Redaktion:**  
Ismail Bulut

**V.i.S.d.P.:**  
Marc Ruda (Kreisgeschäftsführer)

**Herausgeber:**  
DRK-Kreisverband Köln e. V.  
Oskar-Jäger-Str. 42  
50825 Köln

**Auflage: 20.000**

**www.drk-koeln.de**

**Spendenkonto:**

Bank für Sozialwirtschaft  
IBAN: DE47 3702 0500 0005 0590 00  
Sparkasse KölnBonn  
IBAN: DE51 3705 0198 0003 8129 55

**Im Text wird die männliche Form gewählt. Selbstverständlich sind alle Geschlechter gemeint.**

**Tel. 0221 54 87 222**