



rotkreuz

Nachrichten

Ihr Mitgliederbrief September 2025



UNSERE THEMEN

- Schulranzen für alle
- Wunden helfen Leben retten
- Welt-Erste-Hilfe-Tag:
Wie lange liegt Ihre letzte
Auffrischung zurück?
- Zeit zum Durchatmen –
Unterstützung für pflegende
Angehörige
- Benefizmatinee
- Aktionstag für Senioren

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

sich als Teil einer Gemeinschaft zu fühlen, ist heute nicht selbstverständlich. Viele schreiben Individualität ganz groß und sind vor allem auf den eigenen Vorteil bedacht – da kommt die Menschlichkeit oft zu kurz. Dabei ist es so wichtig, füreinander da zu sein, hinzuschauen, zuzuhören und zu erkennen, wer Unterstützung brauchen kann. Für uns im Roten Kreuz ist genau das der Kerngedanke: Jeder hilft, und jedem wird geholfen, ohne Unterschied.

Ich genieße es, Teil dieser Gemeinschaft zu sein. Es macht mich stärker und zufriedener. Ich weiß, dass wir im Team etwas bewegen und manchmal sogar möglich machen, was zunächst unmöglich schien. Das gibt viel Energie und Sicherheit. Bei uns finden alle ihren Platz, sind wichtig und werden wertgeschätzt. Wir schließen niemanden aus. Das möchte ich nicht missen.

Wenn dann wieder unser Einsatz gefragt ist – egal ob zum Beispiel nach einem schweren Erdbeben irgendwo auf der Welt oder in der Kleiderkammer im Nachbarort – sind immer genügend

helfende Hände verfügbar, auch kurzfristig und spontan. Genau das macht eine Gemeinschaft aus. Alle fühlen sich verantwortlich, alle packen mit an, und alle profitieren. Gerade jetzt mit Blick auf den Herbst, da die Tage langsam wieder kürzer und grauer werden, ist das sehr beruhigend. Danke, dass auch Sie das mit möglich machen.



Herzliche Grüße
Ihre

Katharina Schulte
Vorsitzende DRK-Kreisverband Köln e. V.



© Ismail Bulut

Schulranzen für alle

Der diesjährige DRK-Toni-Tag, an dem das Kölner Rote Kreuz erneut Schulranzen für geflüchtete Kinder gesammelt hat, war ein großer Erfolg – und diesmal ein echtes Familienfest. Rund 200 Schülerinnen und Schüler, die in diesem Jahr in die weiterführende Schule wechseln, spendeten ihre gut erhaltenen Schulranzen dem Deutschen Roten Kreuz.

Die Sammelaktion fand auch in diesem Jahr kurz vor Beginn der Sommerferien statt und übertraf erneut alle Erwartungen. Kinder, Familien und ganze Schulklassen kamen zur Geschäftsstelle des Kölner Roten Kreuzes und zeigten großes Engagement: Neben Schulranzen wurden auch Sporttaschen und zahlreiche Schulmaterialien gespendet.

Auch wenn einigen Kindern der Abschied vom eigenen Tornister sichtlich schwerfiel, sorgte das vielfältige Rahmenprogramm für Begeisterung bei Groß und Klein. Ein besonderes Highlight war in diesem Jahr das vielfältige Mitmach- und Spielangebot für Kinder mit einer Hüpfburg, einem Fußballdart, einem Rettungswagen zum Erkunden, einer Buttonmaschine, mit Outdoorspielen sowie Süßigkeiten und Eis. So wurde der Tag nicht nur zu einem Akt der Solidarität, sondern auch zu einem fröhlichen Sommerfest für die ganze Familie.

„Es ist immer wieder beeindruckend, wie viele Menschen sich beteiligen. Die Kombination aus Spendenaktion und buntem

Rahmenprogramm macht den Toni-Tag zu etwas ganz Besonderem“, betont Mario Schwan vom Kölner Jugendrotkreuz, der die Aktion organisiert hat.

Unterstützung bekam das DRK in diesem Jahr auch von der Ford AG. Ein Team von Freiwilligen aus dem Kölner Unternehmen half bei der Prüfung und Reinigung der Ranzen. Dank zusätzlicher Spenden und Kooperationen mit lokalen Geschäften konnten die Taschen auch mit der Grundausstattung befüllt werden.

Die fertigen Schulranzen werden rechtzeitig vor Beginn des neuen Schuljahres an Kinder verteilt, die in Kölner Einrichtungen für Geflüchtete leben. Viele dieser Kinder starten mit wenigen Schulmaterialien. Die gespendeten Ranzen helfen ihnen, mit Selbstvertrauen und der nötigen Ausstattung ins neue Schuljahr zu gehen. In der Kleiderkammer des DRK werden zudem die gesammelten Schulranzen an Familien mit Kölnpass kostenfrei ausgegeben.

Die Aktion ist nicht nur eine materielle Unterstützung für Mitmenschen, sondern

ein starkes Zeichen des Zusammenhalts und der Willkommenskultur in unserer Stadt.

Wer am Aktionstag nicht teilnehmen konnte, aber dennoch unterstützen möchte, kann weiterhin gut erhaltene Schulranzen in der DRK-Kleiderkammer abgeben.

DRK-Kleiderkammer
Oskar-Jäger-Straße 40
50825 Köln
Mo. – Fr. 8:00 – 14:00 Uhr

Natürlich sind auch Geldspenden willkommen, mit denen Schulmaterialien wie Stifte, Hefte oder Turnbeutel gekauft werden können:

Sparkasse KölnBonn
IBAN: DE51 3705 0198 0003 8129 55
Spendenstichwort: Schulstart

Wunden helfen Leben retten

Bei einem Ausbildungstag üben die ehrenamtlichen Sanitäterinnen und Sanitäter die Realistische Unfalldarstellung (RUD).

Ein sommerlicher Samstagmorgen in Köln – doch statt auszuschlafen, stehen rund ein Dutzend Rotkreuz-Ehrenamtliche in der Fahrzeughalle des DRK-Katastrophenschutzentrums in Köln-Buchheim und bereiten sich auf einen besonderen Ausbildungstag vor. Im Mittelpunkt steht die Realistische Unfalldarstellung. Was auf den ersten Blick nach Theater aussieht, hat einen ernsten Hintergrund – und ist ein wichtiger Bestandteil moderner Einsatzübungen.

RUD-Teams spielen eine Schlüsselrolle, wenn es darum geht, realitätsnahe Übungsszenarien für Rettungskräfte zu entwickeln. Ihre Aufgabe ist es, Verletzungen möglichst authentisch darzustellen – mit Kunstblut, Latex und viel Fingerspitzengefühl. Ziel ist es, die Künstlichkeit aus Übungen zu nehmen und die Einsatzkräfte mit Situationen zu konfrontieren, die optisch und emotional dem Ernstfall sehr nahekommen. Denn: Nur wer unter möglichst realen Bedingungen trainiert, ist im Notfall optimal vorbereitet.

„Zur RUD gehört nicht nur das Schminken“, erklärt Alex E., der den Ausbildungstag organisiert hat. „Man schafft gemeinsam mit den Mimen ein realisti-



Üben für den Ernstfall: Mit mit sichtlich viel Spaß gestalteten die ehrenamtlichen Einsatzkräfte echtaussehende Wunden und Verletzungen.

sches Verletzungsszenario und man ist auch für sie während der Übung verantwortlich.“ Alex hat verschiedene Fortbildungen im Bereich RUD besucht und gibt sein Wissen gerne an andere Einsatzkräfte weiter.

Beim heutigen Übungstag lernen die Teilnehmenden nicht nur Techniken zur Wunddarstellung, sondern auch den sicheren Umgang mit Mimen und die Planung komplexer Übungslagen. Die Ergebnisse können sich sehen lassen: Eine Platzwunde am Kopf, eine offene



© Stefanie Sturm

Fraktur am Unterschenkel, ein bewusstloser Patient – erschreckend echt und gerade deshalb so wertvoll für die Ausbildung der Einsatzkräfte.

Dank des Engagements der RUD-Teams gelingt es, Übungen so realistisch zu gestalten, dass sie mehr sind als reine Theorie – sie werden zu wichtigen Lernmomenten mit hohem Praxisbezug.

ehrenamt.drk-koeln.de
facebook.de/roteskreuzkoeln
instagram.com/drkkoeln

Welt-Erste-Hilfe-Tag: Wie lange liegt Ihre letzte Auffrischung zurück?

Rund 1,7 Millionen Menschen bildet das DRK jedes Jahr in Erster Hilfe (EH) aus und fort. Die Kurse finden bundesweit statt und umfassen auch spezielle Angebote wie „Erste Hilfe am Kind“ oder Kurse für Seniorinnen und Senioren.

Trotz der vielen Teilnehmenden liegt die letzte EH-Ausbildung für 55 Prozent der Bevölkerung allerdings schon mehr als zehn Jahre zurück. Das hat eine repräsentative Umfrage im Auftrag des DRK ergeben, aus dessen Sicht die Kenntnisse deutlich häufiger aufgefrischt werden müssten: „Wir empfehlen, das Wissen zur Ersten Hilfe alle zwei Jahre zu erneuern“, sagt DRK-Präsidentin Gerda Hasselfeldt. „Das rettet Leben.“

Das gilt umso mehr, als das Wissen tendenziell nachlässt. Bei denjenigen etwa, die zuletzt vor mehr als 15 Jahren einen Kurs besucht haben, fühlt sich der Um-

frage aus dem vergangenen Jahr zufolge jede dritte Person nicht mehr in der Lage, in einer Notfallsituation Erste Hilfe zu leisten. Gerade mit Blick auf den Welt-Erste-Hilfe-Tag am 13. September sind das alarmierende Zahlen, denn oft zählt bei kritischen Situationen zu Hause, am Arbeitsplatz oder in der Freizeit jede Sekunde, um Schlimmeres zu verhindern.

Ein Beispiel dafür ist der plötzliche Herz- und Kreislaufstillstand. An dieser häufigsten Todesursache in Deutschland sterben statistisch jeden Tag rund 200 Menschen. Bereits nach wenigen Minuten können irreversible Schäden auftreten. Deshalb ist es umso wichtiger, schnell die Symptome zu erkennen und mit Maßnahmen zur Wiederbelebung zu beginnen, erklärt DRK-Bundesarzt Prof. Dr. Bernd Böttiger: „Das sollte für uns alle Anreiz sein, regelmäßig einen Kurs zu belegen.“



© Yannik Willing / DRK

Erste-Hilfe-Situation: Bewusstsein prüfen

Informationen zu unserem Kursangebot:
Tel. 0221 5487222
www.drk-koeln.de/kurse/erste-hilfe-kurse.html

Zeit zum Durchatmen – Unterstützung für pflegende Angehörige

Die Dimension ist gewaltig: In Deutschland kümmern sich über sieben Millionen An- und Zugehörige zu Hause um pflegebedürftige Menschen.

Auch in Köln engagieren sich viele Familienmitglieder und Freunde tagtäglich in der Pflege. Unterstützt werden sie dabei gelegentlich von ambulanten Pflegediensten, doch der Großteil der Arbeit bleibt bei ihnen. Die körperlichen und emotionalen Belastungen, die damit einhergehen, werden dabei oft unterschätzt.

Am 8. September, dem Tag der pflegenden Angehörigen, wird dieser Einsatz gewürdigt. Echte Anerkennung muss sich auch in konkreter Entlastung und verlässlicher Unterstützung zeigen. Das Deutsche Rote Kreuz bietet genau das: vielseitige Angebote, die pflegende Angehörige nachhaltig stärken und Menschen mit Demenz eine würdevolle, persönliche Begleitung ermöglichen.

Ein besonderes Beispiel dafür ist die häusliche Unterstützung durch freiwillige Helferinnen und Helfer. Diese besuchen Menschen mit Demenz regelmäßig in ihrer Wohnung – für einige Stunden, die ganz der Zuwendung gewidmet sind. Sie spielen gemeinsam, hören einander zu, unternehmen Spaziergänge oder teilen Erinnerungen. Was einfach klingt, hat eine große Wirkung: Pflegenden Angehörigen gewinnen wertvolle Zeit für sich – zum Durchatmen, Erledigen oder Krafttanken. Menschen mit Demenz wiederum erfahren Nähe, Aktivität und das Gefühl, nicht allein zu sein.

Bei diesen Besuchsdiensten ist Kontinuität entscheidend: Die Freiwilligen bleiben in der Regel über längere Zeit



© Mongi Taleb

Zeit für Mitmenschen: Peter hat im April 2022 einen Schulungskurs absolviert und engagiert sich seitdem ehrenamtlich in der Begleitung von Menschen mit Demenz.

im Einsatz, damit eine vertrauensvolle Beziehung wachsen kann. Sie bringen Zeit, Empathie und Wertschätzung mit – Eigenschaften, die für Menschen mit Demenz besonders bedeutsam sind. Denn auch wenn sich ihre Wahrnehmung verändert hat, verfügen sie weiterhin über Erinnerungen, Gefühle und individuelle Fähigkeiten, die durch liebevolle Begegnung gestärkt werden können. So entsteht Verbindung, wo sonst Isolation drohen würde.

Zusätzlich bietet das Kölner Rote Kreuz eine breite Palette an Hilfen: Ambulante Pflege, hauswirtschaftliche

Unterstützung, Tagespflegeangebote sowie individuelle Beratung gehören zum festen Bestandteil des Angebots. So entstehen echte Freiräume für Angehörige – und neue Perspektiven für Betroffene.

Ob Sie selbst Unterstützung brauchen oder helfen möchten: Das DRK Köln ist an Ihrer Seite.

Tel. 0221 5487222
www.drk-koeln.de/zuhause

Werden Sie Zeitschenkerin oder Zeitschenker für Menschen mit Demenz

Das DRK Köln führt regelmäßig Schulungen für Ehrenamtliche durch, die Menschen mit Demenz begleiten möchten. Die Schulung dauert 40 Stunden und ist auf ca. vier Wochen verteilt. **Die nächste Schulung startet am 9.11.2025.**

Mit Ihrem Engagement können Sie pflegende Angehörige ganz konkret entlasten – und einem Menschen mit Demenz Zeit und Zuwendung schenken.

Besuchen Sie ein- bis zweimal pro Woche eine betroffene Person in Köln-Ehrenfeld, hören Sie zu, teilen Sie Erinnerungen, lachen, spielen oder gehen Sie gemeinsam spazieren.

Was Sie mitbringen sollten:

- einen freundlichen und wertschätzenden Umgang
- Zuverlässigkeit
- Empathie
- ca. 2 Stunden Zeit pro Woche

Wir bieten Ihnen:

- vorbereitende Schulung
- professionelle Begleitung und Fortbildung
- regelmäßigen Austausch in der Gruppe
- Aufwandsentschädigung

Informationen und Anmeldung:

Ulrike Braun
Tel. 0221 170 99 519
dasanderelebenbegleiten@drk-koeln.de

Vorschau Reiseziele 2025



Reisen in guter Gemeinschaft

... mit über 45 Reisezielen, ausgesuchten Hotels, individueller Beratung, Abholservice und DRK-Reisebegleitung vor Ort!

Hier eine Auswahl an aktuellen Reisezielen ...

Middelkerke

Barrierefreie Reise mit Pflegeangebot vor Ort

Direkt an der belgischen Nordseeküste liegt die Gemeinde Middelkerke in der belgischen Provinz Westflandern. Der kleine Badeort erwartet seine Gäste mit einem ca. 9 km langen feinsandigen Strand und einer weitläufigen Strandpromenade. Diese wird von kleinen Geschäften, Cafés und Restaurants gesäumt, die für eine gemütliche und freundliche Atmosphäre sorgen. Im schönen und mondänen Seebad wird flämische Gemütlichkeit und Gastfreundschaft gelebt.

18.10. – 28.10.2025

EZ/HP 1.999 €

DZ/HP 1.699 €

Bad Brückenau

Adventszeit in der Bayerischen Rhön

Wollen Sie sich von der Hektik des Alltags erholen, regenerieren und neue Kräfte für die Adventszeit, Weihnachts- und Silvestertage sowie für das neue Jahr 2026 tanken? Und dies in einer vorweihnachtlichen Atmosphäre? Dann kommen Sie bei dieser neuen Adventsreise mit ins festlich geschmückte bayerische Staatsbad Bad Brückenau.

1.12. – 12.12.2025

EZ/VP 1.499 €

DZ/VP 1.399 €

Bernkastel-Kues & Traben-Trarbach

Tagesausflug zu besonderen Weihnachtsmärkten

Bei dieser vorweihnachtlichen Tagestour erwarten Sie in den Moselstädtchen Bernkastel-Kues und Traben-Trarbach stimmungsvolle Märkte in einer einzigartigen Kulisse. Nach einer bequemen Fahrt im Reisebus von Köln aus erreichen wir zunächst Bernkastel-Kues. Diese mittelalterliche Stadt gehört auch in der Adventszeit zu den beliebtesten Urlaubsorten an der Mosel.

6.12.2025

65 € inkl. Fahrt, Eintritt, Führung, Mittagessen...

Bad Nenndorf

Das weihnachtliche Kleinod Niedersachsens

Für alle, die dem tristen Grau der Stadt entfliehen, ihr Wohlbefinden stärken und trotzdem nicht auf feierliche Festtage verzichten möchten, bietet Bad Nenndorf einen stilvollen Rückzugsort. Ihr Hotel – das im Neu-Rokoko-Stil errichtete Grandhotel Esplanade – liegt in unmittelbarer Nähe des Wellness- und Therapie-zentrums Landgrafentherme inmitten des Kurparks.

19.12.2025 – 2.1.2026

EZ/DZ/VP 2.249 €

Ausführliche Informationen zu diesen und zahlreichen weiteren Reisezielen finden Sie im DRK-Reisekatalog, den Sie kostenlos und unverbindlich bestellen oder herunterladen können. Der Katalog für 2026/27 wird ab Ende November abrufbar sein:

Tel. 0221 54 87 222

www.drk-koeln.de/reisen

Termin- und Preisänderungen vorbehalten.

Katalogvorstellung am 30. November 2025

11–15 Uhr, im DRK-Servicezentrum, Pohlmanstraße 13, 50735 Köln
Wir laden Sie herzlich ein, sich persönlich über unsere Reiseangebote für 2026 zu informieren und unsere ehrenamtlichen Reisebegleiterinnen und -begleiter kennenzulernen! Für Ihr leibliches Wohl und ein kurzweiliges Rahmenprogramm ist gesorgt. Der Eintritt ist frei. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

GUTSCHEIN
FÜR 1 GETRÄNK IHRER WAHL
während der Katalogvorstellung

DRK **Reisen**



Benefizmatinee

Sonntag, 14. Dezember 2025
um 11:00 Uhr (Einlass ab 10:Uhr)
im StaatenHaus
Jetzt Karten bestellen!

Zugunsten der Nothilfe des Kölner Roten Kreuzes veranstaltet die Oper Köln am 14. Dezember 2025 nun zum 46. Mal die traditionelle Rotkreuz-Benefizmatinee.

Ob Flucht, Obdachlosigkeit oder Altersarmut – die Gründe, warum sich Menschen hilfesuchend an das Rote Kreuz wenden, werden auch in Köln immer häufiger und vielfältiger. Die Herausforderungen des Alltags nehmen zu, und viele Menschen geraten unverschuldet in Notlagen. Um in solchen Fällen schnell und unbürokratisch zu helfen, gewähren wir je nach Bedürftigkeit sogenannte Einzelfallhilfen. Diese finanzieren wir aus dem Erlös der Benefizmatinee, die jedes Jahr ein besonderes Highlight im Veranstaltungskalender in Köln darstellt.

Der Erfolg unserer Benefizmatinee beruht nicht zuletzt auf dem hochkarätigen Bühnenprogramm des Opernensembles, das stets für ein ausverkauftes Haus sorgt und unser Publikum immer wieder begeistert. Aber auch die große Rotkreuz-Tombola trägt zum finanziellen Erfolg bei. Zahlreiche Unternehmen und Geschäftspartner aus Köln und der Region stellen dankenswerterweise mehr als 500 attraktive Preise zur Verfügung – ein beeindruckendes Zeichen solidarischer Unterstützung. Die Einnahmen aus der Tombola stellen eine

wichtige Säule unserer Hilfe für Menschen in Not dar. Gemeinsam mit dem Publikum, den Künstlerinnen und Künstlern sowie allen Unterstützenden gelingt es uns so, echte Hilfe dort zu leisten, wo sie am dringendsten gebraucht wird.

Karten zu 31 €/24 € können bestellt werden unter Tel. 0221 5487333
benefiz@drk-koeln.de
Für Geldspenden: DRK-Köln, Bank für Sozialwirtschaft Köln
IBAN: DE47 3702 0500 0005 0590 00
Stichwort: Benefiz 2025

Aktionstag für Senioren

Unter dem Motto „Dem Leben Leben geben!“ lud die Seniorenvertretung Köln-Lindenthal zum zweiten „Markt der Möglichkeiten“ ein.

Rund 70 Firmen, Vereine und Verbände aus dem Bezirk Lindenthal präsentierten auf dem Platz der Kinderrechte in Sülz ihre vielfältigen Angebote, Dienstleistungen, Produkte und Projekte speziell für ältere Menschen. Die Themenpalette reichte von Betreuung und Beratung, über Kultur und Bildung bis hin zu Pflege und Prävention.

Im abwechslungsreichen Rahmenprogramm gab es musikalische Beiträge und Vorträge rund um das Leben im Alter. Trotz der sommerlichen Hitze herrschte auf dem gesamten Platz eine lebendige Atmosphäre – geprägt von Begegnungen, Gesprächen und gegenseitigem Austausch.

Mit großem Engagement war auch das Kölner Rote Kreuz dabei. Die DRK-Sozialstation Innenstadt sowie das Sozialpsychiatrische Zentrum Lindenthal präsentierten ihre umfangreichen Angebote.

Besonders gefragt waren Informationen zum Hausnotruf, zu DRK Reisen sowie zur DRK Tagespflege – essenzielle Hilfen, die ein selbstbestimmtes Leben im Alter unterstützen. Der Rotkreuz-Stand war ein beliebter Anlaufpunkt und spiegelte den hohen Informationsbedarf der Besucherinnen und Besucher wider.



Ansprechpartner:
Stefan Dreyer
Tel. 0221 5487340
www.drk-koeln.de

Impressum

rotkreuzNachrichten Köln

Redaktion: Ismail Bulut

Vi.S.d.P.:

Marc Ruda (Kreisgeschäftsführer)

Herausgeber:

DRK-Kreisverband Köln e. V.

Oskar-Jäger-Str. 42

50825 Köln

Auflage: 20.000

Spendenkonto:

Bank für Sozialwirtschaft

IBAN: DE47 3702 0500 0005 0590 00

Sparkasse KölnBonn

IBAN: DE51 3705 0198 0003 8129 55

Für einen einfachen Lesefluss wird im Text überwiegend die männliche Form gewählt. Selbstverständlich sind alle Geschlechter gemeint.

www.drk-koeln.de
Tel. 0221 54 87 222