Deutsches Rotes Kreuz
DRK KV Niederlausitz e.V.
Gartenstraße 14
03130 Spremberg

rotkreuz Nachrichten

Ihr Mitgliederbrief März 2025

DAS ERWARTET SIE:

- Wasserwacht – Ehrenamt für das ganze Jahr
- Ausstellungseröffnung zum „Internationalen Tag gegen Gewalt an Frauen“
- Filmvorführung zum Frauentag
- Kleiderkammern laden zum Stöbern ein
- Blutspendermine Guben und Spremberg
- 8 Jahre NADA-Ohrakupunktur

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

450.000 – diese Zahl ist wirklich beeindruckend, nicht wahr? Es ist die Zahl der Menschen, die sich in Deutschland ehrenamtlich im DRK engagieren. Mehr als 450.000 sind es, für die es Tag für Tag Ehrensache ist, für andere da zu sein.
Hinzu kommen die gut 2,5 Millionen Fördermitglieder, die hinter uns stehen. Mit ihrer Unterstützung garantieren sie, dass wir alle ehrenamtlich Helfenden optimal auf ihre Einsätze vorbereiten können. Wir bilden sie aus, sorgen für regelmäßige Trainings, stellen die nötige Ausrüstung bereit und sind natürlich auch da, wenn durch das Engagement für unsere Sache einmal psychische Unterstützung nötig sein sollte. So halten wir allen den Rücken frei für das, was sie hauptsächlich wollen – den Menschen helfen, die in Not sind. Das ist uns eine Verpflichtung und Zeichen der Wertschätzung zugleich.

Ich erlebe jeden Tag, wie sehr wir gebraucht werden. Und deshalb können wir in unseren Reihen auch jede und jeden gebrauchen. Jede Fähigkeit ist willkommen.
Mit dem Frühling, verbinde ich vor allem neue Energie, Wärme und noch mehr Lebensfreude. Ich wünsche uns allen nur das Beste und bin überzeugt, dass unsere Gemeinschaft auch die nächsten Bewährungsproben meistert. Es ist mir eine Ehre, Teil davon zu sein.

Herzliche Grüße Ihre
Cornelia Grösel
Kreisgeschäftsführerin
Kreisverband Niederlausitz e.V.

© Willing-Holtz/DRK, Briefmarke: Willing-Holtz/DRK

Die Wasserwacht des DRK – Ehrenamt fürs ganze Jahr

Wer an die Wasserwacht des DRK denkt, hat schnell ein Bild von Ehrenamtlichen am Strand vor Augen. Die Wasserwacht hat aber das ganze Jahr über vielfältige Aufgaben.

„Viele sehen in der Wasserwacht hauptsächlich die Badeaufsicht der Rettungsschwimmer*innen am See. Das ist eine unserer zentralen Aufgaben. Gerade die Wintersaison ist aber sehr wichtig für Trainings und Aus- und Weiterbildungen, damit wir für die Badeaufsicht im Sommer und bei Notfällen rund ums Jahr einsatzfähig sind“, sagt Larissa Juhnke, stellvertretende Kreisleiterin der Wasserwacht im DRK-Kreisverband Brandenburg an der Havel e.V. Das wöchentliche Schwimmtraining richtet sich an aktive Einsatzkräfte, die Wasserwachtjugend und an Nichtmitglieder, die ihre Rettungsschwimmfähigkeiten verbessern möchten.

Theorie, Wartung, Reinigung

Auch Theorievermittlung fällt vorwiegend in die Wintersaison, zum Beispiel im Bootsdienst: Wer auf Rettungsbooten zum Einsatz kommt, muss die Aufgaben und Regeln auf dem Boot kennen. Die neu Ausgebildeten im Bootsdienst werden so rechtzeitig zur Badesaison fit gemacht. Hinzu kommen im Frühjahr Reparatur, Wartung und Reinigung der Boote.

Auch für die Einsatzkräfte des Rettungstauchens stehen Training, Übungen und Einsätze das ganze Jahr über an. Einsatztaucherin Larissa Juhnke: „Im Winter trainieren wir die Basics, um fit zu bleiben. Einmal im Monat gibt es in unserem Kreisverband ein spezielles Training fürs Einsatztauchen. Außerdem nutzen wir die Zeit, um uns an die spezielle Ausrüstung zu gewöhnen.“ Einsatztaucher*innen retten Menschen im Wasser oder Eis, leisten technische Hilfe, etwa bei gekenterten Booten, und unterstützen bei der Suche nach Gegenständen im Wasser.

Wissen über Technik und Gegebenheiten

Wasserretter*innen kommen u.a. in Fließgewässern bei starker Strömung und Hochwasser zum Einsatz. Auch sie nutzen den Winter für zusätzliche Übungen und Fortbildungen. Jens Kiesewetter, Wasserretter und Ortsgruppenleiter der Wasserwacht Strausberg: „Die Arbeit mit der speziellen Technik macht besonders viel Spaß. Die regelmäßige Auseinandersetzung mit der Ausrüstung und den Gegebenheiten wie Gewässerkunde, Seilkunde und Kleidung ist aber enorm wichtig.“

Vor Beginn der Badesaison bereiten die Wasserwachten die Rettungsstationen final vor: Stationen instandsetzen, Steganlagen reparieren, Rettungsboote startklar machen, Strände säubern. Auch Einsatztauchtrupps sind hier dabei. „Wir beseitigen Gefahrengut unter Wasser, suchen die Seen nach neuen Untiefen, Schlammstellen oder Sandbänken ab“, so Larissa Juhnke.

Hochsaison beginnt im Mai

Von Mai bis September ist Hochsaison für die Wasserwacht. An Seen und in Freibädern in ganz Brandenburg sind Ehrenamtliche der Wasserwacht mindestens an den Wochenenden und Feiertagen im Einsatz. Sie helfen im akuten Notfall und weisen vor Ort auf Gefahren hin. „Die Wasserwacht arbeitet immer auch präventiv“, betont Ronny Lessmann, Vorsitzender der Wasserwacht Wusterhausen im DRK-Kreisverband Gransee Ostprignitz-Ruppin e.V., und dort unter anderem Bootsführer. „Im Bootsdienst fahren wir mehrmals am Tag Patrouille. Es ist ein gutes Gefühl, den Menschen zu zeigen: Wir sind da und im Notfall schnell einsatzfähig.“

© DRK-Kreisverband Brandenburg an der Havel e.V.

Das ganze Jahr über im Einsatz: die Wasserwacht des DRK.

Zur Sicherstellung der Einsatzfähigkeit gehören auch im Sommer Fortbildungen und Übungen, oft gemeinsam mit der Feuerwehr, damit die Zusammenarbeit im Ernstfall reibungslos funktioniert.

Der Sommer eignet sich auch gut für Schwimmkurse, zum Beispiel das jährliche Kinderschwimmlager in den Sommerferien bei der Wasserwacht im DRK-Kreisverband Forst Spree-Neiße e.V. Maria Stein, Ausbilderin bei der Wasserwacht Forst: „Die Kinder lernen in zwei Wochen das Schwimmen und erhalten das Seepferdchen. Manche erreichen sogar ein Schwimmabzeichen und werden damit sichere Schwimmer.“ Die Wasserwacht bildet aber jahreszeitenunabhängig im Schwimmen und Rettungsschwimmen aus, intern und extern, Kinder wie Erwachsene.

Die Brandenburger Wasserwacht sichert auch Veranstaltungen ab, zum Beispiel Regatten, Langstreckenschwimmen oder Crossläufe am See.

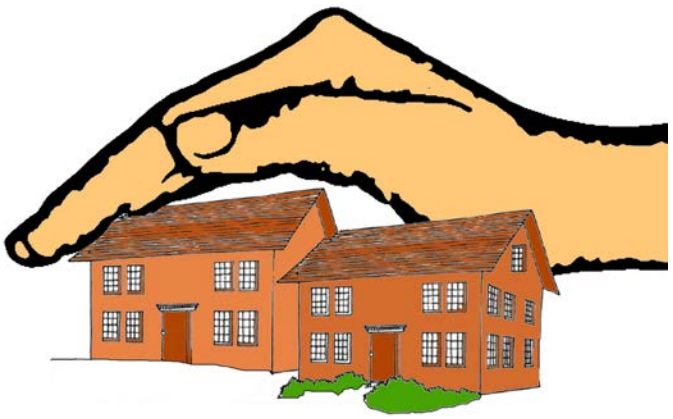
Im Herbst machen die Wasserwachten ihre Rettungsstationen wieder winterfest, erledigen Reparaturarbeiten und es geht weiter mit Aus- und Fortbildungen.

Alles ist freiwillig

Mitmachen können bei der Wasserwacht alle, mit vielen Möglichkeiten zu Spezialisierungen. Ronny Lessmann betont: „Die Weiterbildung muss aus einer Lust herauskommen, niemand wird gezwungen. Viele wollen nur ihre Schwimmfähigkeiten verbessern und finden dann bei uns eine tolle Gemeinschaft.“ Und genau darum geht‘s bei der Wasserwacht: Zusammenhalt, Leidenschaft fürs Wasser, vielfältige Aufgaben und Helfen im Team – das ganze Jahr über.

Mehr Infos: www.wasserwacht-brandenburg.de
Langversion unter: blog.drk-brandenburg.de/

Die Mitarbeiterinnen der Frauenberatungsstelle des Deutschen Roten Kreuzes unterstützen Sie, wenn Sie Opfer häuslicher Gewalt geworden sind oder sich in einer bedrohlichen Lage befinden. Wir beraten Sie zum Thema der häuslichen Gewalt und unterstützen Sie bei der Suche nach neuen Perspektiven. Sie können uns persönlich aufsuchen oder sich telefonisch an uns wenden. Beratungen können selbstverständlich anonym durchgeführt werden. Als Beraterinnen unterliegen wir der Schweigepflicht. Unser Angebot umfasst zudem die Unterstützung bei Behördenangelegenheiten, die Vermittlung zu Beratungsstellen mit anderer Schwerpunktsetzung und die Aufnahme in unser Frauenhaus Guben sowie in die Frauennotwohnung in Forst (Lausitz).



©Logo Frauenhaus Guben

DRK Kreisverband Niederlausitz e.V.
Frauenberatungsstelle
Kaltenborner Str. 96
03172 Guben

Tel.: 03561 6281124
Fax: 03561 540241
Notfalltelefon: 0160 91306095
Email: frauenberatungsstelle@drk-niederlausitz.de

Internationaler Aktionstag gegen Gewalt an Frauen

© Aufnahmen der Frauenberatungsstelle Guben

Ausstellungseröffnung Frauenarbeit, Frauenalltag, Frauenrechte

Frauen konnten zwar alles werden in der DDR und Gleichberechtigung sowie Gleichstellung wurden sogar gesetzlich verankert, aber war es wirklich so? Ein Vollzeitjob + Familie + Haushalt. Wie sah das alltägliche Leben für Frauen in Brandenburg wirklich aus?

(www.frauen.dgb.de, DGB Ostbrandenburg)

Im Rahmen des „Internationalen Aktionstages gegen Gewalt an Frauen“, welcher jährlich am 25. November begangen wird, organisierte und begleitete die Frauenberatungsstelle in der Zeit vom 11.11. – 10.12.2024 die Wanderausstellung „Frauenarbeit-Frauenalltag-Frauenrechte“ in Guben. Vermittelt wurde ein Einblick in die Lebens- und Arbeitsbedingungen der Frauen in der DDR. Ergänzt wurde die Veranstaltung durch die Filmvorführung „Die Unbeugsamen 2 – Guten Morgen ihr Schönen“, ein bewegender Dokumentarfilm über Frauen aus unterschiedlichen Gesellschaftsschichten im System der DDR und deren Kampf um Teilhabe und Selbstbestimmung.

Am 8. März ist Weltfrauentag

Anlässlich des Weltfrauentages zeigt die Frauenberatungsstelle Guben nun auch den ersten Teil der Dokumentation „Die Unbeugsamen“.

„Eine Geschichte von Frauen in der Bonner Republik, die sich ihre Beteiligung an den demokratischen Entscheidungsprozessen gegen erfolgsbesessene und amtstrunkene Männer wie echte Pionierinnen buchstäblich erkämpfen mussten. Unerschrocken, ehrgeizig und mit unendlicher Geduld verfolgten sie ihren Weg und trotzten Vorurteilen und sexueller Diskriminierung.“

(Quelle: DVD, Dokumentation von Torsten Körner)

Datum: Freitag, 14.03.2025
Uhrzeit: 18:00 Uhr
Veranstaltungsort: Stadtbibliothek Guben
Eintritt: 3 Euro
Weitere Informationen erhalten Sie auf unserer Internetseite: www.drk-niederlausitz.de

© Stadtbibliothek Guben

© Jörg F. Müller / DRK

Jede Spende kann Leben retten!

Blutspenden – EINFACH MACHEN!
Vereinbaren Sie online unter **www.blutspende.de** einen Termin. Vor Ort wird Ihr Gesundheitszustand gecheckt und ihre Spendentauglichkeit festgestellt. Vergessen Sie Ihren Personalausweis nicht! Blut spenden kann jede Person ab 18 Jahren.

Termine für Guben
01.04.2025 15:00–19:00 Uhr **Kulturzentrum Obersprucke**
30.05.2025 15:00–19:00 Uhr **„Alten Färberei“**
10.06.2025 15:00–19:00 Uhr **Kulturzentrum Obersprucke**

Termine für Spremberg
25.04.25 15:00–19:00 Uhr **Berufsorientierenden Oberschule**
15.05.25 16:00–19:00 Uhr **Astrid-Lindgren-Grundschule**
20.05.25 10:00–14:30 Uhr **LEAG Schwarze Pumpe**
30.06.25 14:00–18:00 Uhr **Haus der Vereine**

8 Jahre NADA-Ohrakupunktur beim DRK in Guben

Was vor acht Jahren im Begegnungszentrum des DRK in Guben begann, ist inzwischen längst den Kinderschuhen entwachsen. Aus der Idee, Menschen noch besser dabei zu unterstützen, physisch und psychisch ausgeglichener und stabiler zu werden, wurde Realität. Die Ohrakupunktur nach dem NADA-Protokoll, die weltweit in psychosomatischen Kliniken, Kurkliniken, Suchthilfeeinrichtungen und Cafés, stationär und ambulant angeboten wird, die auch Menschen in Katastrophengebieten hilft, bereichert seit 2017 die Angebotspalette des DRK-Kreisverbandes Niederlausitz e.V. Die Akupunkteurinnen Kerstin Heick und Kathrin Klinke nadeln an jedem Ohr fünf Punkte nach traditioneller chinesischer Medizin, die sich im Zusammenspiel positiv auf die Selbstheilungskräfte der Klient:innen auswirken. So erleben die Teilnehmer:innen Verbesserungen verschiedenster Beschwerden, wie beispielsweise bei chronischen Schmerzen, innerer Unruhe, Schlafstörungen, Stresssymptomen, Suchterkrankungen, bei Trauerbewältigung und Depressionen. Ein spezieller NADA-Entgiftungstee und ein angenehmes Ambiente mit ruhiger Hintergrundmusik wirken sich positiv auf Heilungsprozesse aus. Die ständig wachsende Teilnehmer:innenzahl zeigt uns, dass der Bedarf an solchen niederschwelligen Angeboten in der Bevölkerung da ist. An jeweils zwei Tagen im Monat haben Personen die Möglichkeit, in offenen Gruppen die NADA-Ohrakupunktur selbst zu erleben.

Herzlich willkommen in unseren Kleiderkammern

In unseren Kleiderkammern bieten wir eine breite Auswahl an gut erhaltener Kleidung, Schuhen und Gütern zur materiellen Grundversorgung an. Das Angebot der Kleiderkammern können Menschen mit einem geringerem Einkommen nutzen. Jeder Besuch in unseren Kleiderkammern wird zu einem besonderen Erlebnis. Wir möchten, dass alle Nutzer:innen mit einem Lächeln und einer neuen Errungenschaft die Kleiderkammer verlassen. Unsere freundlichen Mitarbeiter:innen stehen Ihnen unterstützend zur Seite, um Ihnen bei der Auswahl behilflich zu sein.
Haben Sie Güter, die Sie spenden möchten? Kommen Sie während der Öffnungszeiten gern vorbei oder nutzen Sie jederzeit auch unsere Kleidercontainer. Wir nehmen gern saubere und gut erhaltene Kleidung, Schuhe, Wäsche, Bettwäsche und Decken entgegen.

Standorte:
Guben, Friedrich-Engel-Straße 67
Dienstag und Donnerstag von 9:00 bis 13:00 Uhr
Spremberg, Heinrichstraße 16
Dienstag und Donnerstag von 9:00 bis 15:00 Uhr
Welzow, Spremberger Straße 51
Dienstag bis Freitag von 8:00 bis 13:00 Uhr

© Michel Eram / DRK-Service GmbH

Impressum

DRK-KV Niederlausitz e.V.

Redaktion:
DRK-Kreisverband Niederlausitz e.V.

V.i.S.d.P.:
Präsident Sven Hundsdörfer
Geschäftsführung Cornelia Grösel

Herausgeber:
DRK-KV Niederlausitz e.V.
Gartenstraße 14
03130 Spremberg
03563 23 42
http://www.drk-niederlausitz.de/
info@drk-niederlausitz.de

Auflage:
1.000

Spendenkonto:
IBAN: DE 92180500003610108400
BIC: WELADED1CBN
Sparkasse Spree-Neiße