



rotkreuz

Nachrichten

Ihr Mitgliederbrief Mai 2026



DAS ERWARTET SIE:

- Inklusive Kinder- und Jugendhilfe
- Hermann Gröhe neuer Präsident des DRK
- Präventionsarbeit der Frauenberatungsstelle Guben
- Fünf Säulen für ein gesundes Herz

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

sind Ihnen auch schon einmal Zeitspendende begegnet? Ich weiß, im ersten Moment kann die Frage ein wenig seltsam klingen, doch für das DRK sind Zeitspenden von großer Bedeutung. Auf diesem Weg engagieren sich Menschen, die beruflich oder familiär stark eingebunden sind. Trotzdem schenken sie uns ihre Zeit – projektbezogen und für einen begrenzten Zeitraum. Das ist einer von vielen Wegen, sich ehrenamtlich einzubringen. Für uns ist dieses Engagement Gold wert.

Mit Blick auf den Weltrotkreuztag am 8. Mai, an dem Henry Dunant, der Gründer unseres weltweiten humanitären Netzwerks, Geburtstag hatte, rücken alle Freiwilligen wieder in den Fokus. Verdienstermaßen. Mehr als 16 Millionen sind es insgesamt, über 400.000 allein in Deutschland. Diese beeindruckenden Zahlen geben Hoffnung und Zuversicht. Zusammen unterstützen wir Mitmenschen, die uns

brauchen, und füllen die Idee der humanitären Hilfe auf ganz vielfältige Art mit Leben. Bei uns vor Ort zeigt sich das besonders intensiv. Wir sind ganz nah dran an den Betroffenen und im Notfall in der Regel schnell einsatzbereit.

Auf die Sommermonate, die vor uns liegen, freue ich mich wieder ganz besonders. Genießen Sie die Wärme und die farbenfrohe Natur und sammeln Sie schöne Erinnerungen – gerne auch die eine oder andere in der DRK-Familie.

Herzliche Grüße
Cornelia Grösel
Kreisgeschäftsführerin
Kreisverband Niederlausitz e.V.



© Willing-Helitz/DRK

Eine inklusive Kinder- und Jugendhilfe erfordert enge Abstimmung zwischen unterschiedlichen Akteuren.

Inklusive Kinder- und Jugendhilfe gemeinsam neu denken

Seit 2021 wird die Kinder- und Jugendhilfe schrittweise inklusiv weiterentwickelt. Ziel ist es, die bislang getrennten Zuständigkeiten für junge Menschen mit und ohne Behinderung bis 2028 zusammenzuführen.

Inklusion bedeutet, dass alle jungen Menschen – mit und ohne Behinderung – selbstverständlich dazugehören und die Unterstützung erhalten, die sie brauchen. Dieses Ziel ist nicht neu und in der täglichen Arbeit des DRK in Brandenburg fest verankert. Neu ist, dass die Strukturen der Kinder- und Jugendhilfe schrittweise darauf ausgerichtet werden.

Hilfen aus einer Hand

Bislang ist die Unterstützung für beeinträchtigte Kinder und Jugendliche auf zwei Systeme verteilt: Nach geltendem Recht ist die Kinder- und Jugendhilfe (§ 35a SGB VIII) zuständig für Eingliederungshilfe bei (drohender) seelischer Behinderung. Für Kinder und Jugendliche mit körperlicher, geistiger oder Sinnesbeeinträchtigung ist derzeit die Eingliederungshilfe nach Teil 2 SGB IX zuständig (§§ 90 ff. SGB IX). Für Familien führt das oft zu parallelen Verfahren, unterschiedlichen Zuständigkeiten und aufwendiger Abstimmung. Mit der inklusiven Kinder- und Jugendhilfe sollen Strukturen künftig stärker gebündelt und Hilfen verlässlicher aus einer Hand organisiert werden.

Martha Wiesner, Referentin Eingliederungshilfe beim DRK-Landesverband Brandenburg e.V., betont den anspruchsvollen Veränderungsprozess: „Zwei Systeme mit eigenen Arbeitsweisen, Finanzierungslogiken und fachlichen Traditionen müssen zusammengeführt werden. Dabei stellen sich zentrale Fragen: Wie erhalten wir die spezialisierte Fachlichkeit? Wie sichern wir

personelle und finanzielle Ressourcen? Wie verhindern wir Unsicherheiten und Versorgungslücken in Übergangsphasen?“ Nadine Salihi, Referentin Kinder- und Jugendhilfe beim DRK-Landesverband Brandenburg e.V.: „Diese Herausforderungen offen zu benennen ist wichtig – als Voraussetzung für eine tragfähige Umsetzung, nicht als Gegenargument zur Inklusion.“

Fragen für die Praxis

Für die Praxis bedeutet die Reform: Hilfe- und Gesamtplanverfahren werden neu gedacht, Zuständigkeiten verschieben sich, Abstimmungen zwischen Jugendämtern, Eingliederungshilfe, Schulen und freien Trägern werden enger. Leistungsvereinbarungen und Qualitätsstandards müssen überprüft oder neu gefasst werden. Das bedeutet zusätzlichen Koordinationsaufwand, während bundesgesetzliche Regelungen noch nicht abschließend vorliegen. Träger wie das DRK beschäftigen praktische Fragen: Wie sichern wir die Fachlichkeit? Wie gestalten wir Kooperation verbindlich? Wie binden und qualifizieren wir Fachkräfte? Wie stellen wir sicher, dass Beteiligung im Alltag tatsächlich wirksam ist? Hier liegen Risiken, aber auch einmalige Chancen: Prozesse transparenter zu gestalten, Standards weiterzuentwickeln und Kooperation verbindlicher zu organisieren.

Wenn Unterstützung anstatt von Systemgrenzen konsequent vom individuellen Bedarf des Kindes ausgeht, wird Teilhabe ein-

facher und nachvollziehbarer: Kinder und Jugendliche erleben weniger Brüche in Unterstützungsprozessen. Familien gewinnen an Klarheit. Und gesellschaftlich stärkt eine inklusive Ausrichtung das gemeinsame Aufwachsen, den Abbau von Barrieren und den Umgang mit Vielfalt. Ob dies gelingt, hängt maßgeblich von einer auskömmlichen Finanzierung, klaren Zuständigkeitsregelungen und qualifiziertem Personal ab.

Rotkreuzgrundsätze beachten

Für das DRK in Brandenburg ist dieser Weg eng mit den Rotkreuzgrundsätzen verbunden: Menschlichkeit bedeutet, die Würde aller jungen Menschen zu achten und die konkrete Lebenslage in den Mittelpunkt zu stellen. Unparteilichkeit verpflichtet das DRK, Hilfe allein nach dem Maß des individuellen Bedarfs zu gewähren – ohne Unterscheidung nach Herkunft, sozialer Lage oder Art einer Beeinträchtigung. Inklusion heißt nicht, alle gleich zu behandeln, sondern jedem Kind die Unterstützung zu ermöglichen, die es tatsächlich benötigt. Der DRK-Landesverband Brandenburg e.V. macht sich gemeinsam mit den Kreisverbänden auf den Weg, Bedarfe systematisch zu erfassen, Erfahrungen auszutauschen und eine fachliche Perspektive zur inklusiven Kinder- und Jugendhilfe zu entwickeln. Auf einer Fachveranstaltung am 20. Mai 2026 vertiefen Nadine Salihi und Martha Wiesner gemeinsam mit den Kreisverbänden diesen Prozess und beraten konkrete nächste Schritte.

DRK-Präsident Hermann Gröhe: „Es ist mir eine große Ehre“

Acht Jahre lang hatte Gerda Hasselfeldt das DRK als Präsidentin geführt – Ende vergangenen Jahres gab sie das Amt in die Hände von Hermann Gröhe. Auf der DRK-Bundesversammlung haben ihn die Delegierten der Mitgliedsverbände einstimmig für vier Jahre gewählt. Der CDU-Politiker war von 1994 bis 2025 Mitglied im Deutschen Bundestag und von 2013 bis 2018 Bundesminister für Gesundheit.

„Ich freue mich darauf, mein Wissen und meine Erfahrung für das DRK einzubringen und zugleich noch vieles Neues kennenlernen und lernen zu können“, sagte Gröhe nach seiner Wahl. Er betonte, dass Hunderttausende Menschen im Namen des DRK für Menschlichkeit vor Ort und in den Krisen weltweit eintreten. Nun der Fürsprecher dieser Menschen sein zu dürfen, sei ihm „eine große Ehre“,

so Gröhe. Der 65-Jährige lebt im nordrhein-westfälischen Neuss. Er ist verheiratet und Vater von vier Kindern. Als Präsident leitet der Rechtsanwalt das ehrenamtlich besetzte Präsidium des DRK, das unter anderem die strategische Ausrichtung des gesamten Verbandes verantwortet. Zudem setzt es die verbandspolitischen Ziele und führt Aufsicht über den Vorstand und die Verbandsgeschäftsführung Bund. Für Hans Hartmann, den Vorsitzenden des DRK-Präsidialrats, ist Gröhe die ideale Besetzung. Er bringe in allen Arbeitsfeldern des DRK umfassende Kenntnisse mit, sei es zur Wohlfahrts- und Sozialarbeit, zum Bevölkerungsschutz oder zur humanitären Hilfe, so Hartmann: „Wir sind sehr froh, dass wir ihn für das Amt gewinnen konnten.“



© Willing-Holtz / DRK

Hermann Gröhe ist seit dem 29.11.2025 Präsident des DRK.

Prävention häuslicher Gewalt: Workshop zur Aufklärung und Sensibilisierung in der 11. Klasse

Häusliche Gewalt bleibt oft im Verborgenen – und das, obwohl sie viele Menschen betrifft. Gerade Jugendliche stehen häufig am Anfang eigener Beziehungserfahrungen und sehen sich dabei mit neuen Dynamiken und Herausforderungen konfrontiert. Umso wichtiger ist es, frühzeitig über Themen wie Gewalt in Beziehungen, persönliche Grenzen und gegenseitigen Respekt aufzuklären.

Einen wichtigen Beitrag dazu leistet die Frauenberatungsstelle des DRK Kreisverband Niederlausitz e.V. in Guben. Seit vier Jahren führen die Mitarbeiterinnen jährlich einen Workshop für die 11. Klassen des Gymnasiums in Guben durch. Ziel ist es, dieses sensible Thema aus der Tabuzone zu holen, offen darüber zu sprechen und den Schüler:innen konkrete Handlungsmöglichkeiten aufzuzeigen, um sich selbst und andere zu schützen. Der Workshop vermittelt nicht nur Wissen, sondern stärkt auch das Verantwortungsbewusstsein und die Handlungssicherheit junger Menschen im Umgang mit diesem oft verschwiegenen Thema. Viele Jugendliche wissen nicht, an wen sie sich wenden können, wenn sie selbst oder jemand aus ihrem Umfeld von häuslicher Gewalt betroffen ist. Die Kursleiterinnen schaffen hier Orientierung,



© Mario Andrey / DRK

informieren über Anlaufstellen und verdeutlichen, dass Unterstützung jederzeit erreichbar ist. Darüber hinaus lernen die Teilnehmenden, wie sie Betroffene in ihrem Umfeld unterstützen können, ohne sich dabei selbst zu überfordern. Im Mittelpunkt stehen dabei einfache, aber wirkungsvolle Ansätze: Zuhören, die Situation ernst nehmen und gemeinsam nach geeigneten Hilfsangeboten suchen.

Sie brauchen Hilfe? Wir beraten Sie anonym, kostenlos und unverbindlich – und finden bei Bedarf einen sicheren Platz im Frauenhaus.

Sie erreichen uns unter der Telefonnummer 0160 91306095 jederzeit – 24 Stunden am Tag, 7 Tage die Woche.

Weitere Informationen unter www.drk-niederlausitz.de.



Fünf Säulen für ein gesundes Herz

Etwa 100.000-mal pro Tag schlägt unser Herz – meist schenken wir ihm kaum Aufmerksamkeit. Dabei gehören Herz-Kreislauf-Erkrankungen zu den häufigsten Gesundheitsproblemen. Die gute Nachricht: Wir können viel für unsere Herzgesundheit tun.

„Wir können uns dabei an fünf Säulen der Herzgesundheit orientieren“, rät DRK-Bundesarzt Professor Bernd Böttiger. Säule Nummer eins: Ernährung. Empfehlenswert ist eine ausgewogene, mediterrane Ernährung mit viel Obst und Gemüse, Vollkornprodukten, Nüssen und gesunden Fetten, wie Olivenöl. Hingegen sollten Zucker, Salz und rotes Fleisch sehr maßvoll dosiert werden. Alkohol sollte am besten ganz vermieden werden.

Die zweite Säule ist Bewegung. „Es muss kein Marathon sein, wöchentlich 150 Minuten moderater Ausdauersport und zweimal Krafttraining stärken den Herzmuskel, können den Blutdruck senken und fördern das Immunsystem“, erklärt Professor Böttiger.

Der Verzicht auf Zigaretten jeder Art bildet die dritte Säule, dazu zählt auch, unbedingt Passivrauchen zu vermeiden. Stressmanagement heißt die Säule Nummer vier. „Untersuchungen zeigen, dass ein hohes Stresslevel Herzerkrankungen begünstigt“, sagt der DRK-Bundesarzt. Atem- und Entspannungsübungen, Achtsamkeitstraining und ausreichend Schlaf wirken sich zum Beispiel positiv auf das Stresslevel aus. Die fünfte Säule der Herzgesundheit ist die ärztliche Vorsorge. „Bluthochdruck merkt man gar nicht“, erklärt der Experte. „Gleichzeitig ist langfristig erhöhter Blutdruck der größte Risikofaktor für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Daher soll-

ten insbesondere Menschen ab 40 Jahren jährlich ihren Blutdruck kontrollieren lassen.“ Auch eine regelmäßige Kontrolle der Blutwerte wie Blutzucker und Cholesterinspiegel ist ratsam.

Zur Vorsorge zählt auch, Warnsignale ernst zu nehmen und sie ärztlich abklären zu lassen. Je früher eine Störung erkannt wird, desto besser lassen sich schwere und langfristige Erkrankungen vermeiden. Ein rascher Verlust an körperlicher Belastbarkeit, ungewöhnliche Müdigkeit oder Atemnot bei leichter Belastung sollten nicht ignoriert werden. Auch bei wiederkehrenden Herzrhythmusstörungen oder Herzstolpern, Schwindel und Wassereinlagerungen sollten Betroffene die Ursachen klären lassen.

„Regelmäßig wird debattiert, wie man im Gesundheitssystem sparen kann – für mich spielt Prävention dabei eine zentrale Rolle“, erläutert Professor Böttiger. „Das kann zum einen durch eine stärkere Besteuerung von gesundheitsschädlichen Substanzen wie Nikotin, Alkohol und Zucker geschehen.“ Auf der anderen Seite sei Aufklärung enorm wichtig: „Da müssen wir bei den Kindern ansetzen. Ich halte die Einführung eines Schulfachs ‚Gesundheit und Resilienz‘ für sinnvoll, um junge Menschen früh an einen gesunden Lebensstil heranzuführen.“

Wenn Sie gezielt etwas für Ihre Herzgesundheit tun möchten, informieren Sie sich bei Ihrer Krankenkasse über Präventionsangebote oder besuchen Sie einen Gesundheitskurs des DRK.

Suchen Sie hier einen Kurs in Ihrer Nähe:
www.drk.de/hilfe-in-deutschland/gesundheits-und-praevention/gesundheitsprogramme

Helfen bei akuten Herzproblemen

Erkennen:

Heftiger Brustschmerz, kalter Schweiß, starke Atemnot, plötzliche Schwäche, Bewusstseinsstörungen – bei Frauen möglicherweise unspezifische Symptome

Helfen:

- Notruf 112 absetzen
- Betroffene Person beruhigen
- Enge Kleidung öffnen
- Kein Wasser oder Essen geben
- Oberkörper erhöht lagern
- Bei Bewusstlosigkeit und sicher normaler Atmung: Seitenlage, kontinuierliche Atemkontrolle
- Ist keine normale Atmung vorhanden: Herzdruckmassage (100- bis 120-mal/Min., 5 bis 6 cm tief)

Um im Notfall kompetent helfen zu können, empfiehlt das DRK, alle zwei Jahre einen Erste-Hilfe-Kurs zu besuchen. Jetzt einen Kurs finden unter www.rotkreuzkurs.de



A. Zelik/DRK-Service GmbH

Impressum

DRK-KV Niederlausitz e.V.

Redaktion:
 DRK-Kreisverband Niederlausitz e.V.

V.i.S.d.P.:
 Präsident Sven Hundsörfer
 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