



rotkreuz

Nachrichten

Ihr Mitgliederbrief September 2026



UNSERE THEMEN

- Hilfe aus einer Hand: das Komplexe Hilfeleistungssystem
- Gut vorbereitet: Krisenvorsorge beginnt zu Hause
- Ersthelfersysteme
- Spätsommer-Smoothie

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

wenn ich an unsere tägliche Arbeit denke, fällt mir eine Sache besonders oft auf: die Zuversicht. Trotz aller Herausforderungen dominiert sie. Wir schauen zuversichtlich nach vorn, weil wir zahlreichen Menschen helfen und weil wir mit unserem Engagement so viel verändern können. Ich unterstütze diese Einstellung – nicht ständig zurück, sondern nach vorn zu blicken und Wege zu suchen, wie wir die Zukunft in unserem Sinne beeinflussen können. Manchmal lohnt aber auch der Blick zurück, der zeigt, woher wir kommen und was schon erreicht wurde. Sie ahnen es vielleicht: Ich möchte Ihnen die Rotkreuz-Museen ans Herz legen. Eine Übersicht finden Sie im Internet unter **www.museum.drk.de** Bundesweit gibt es 13 – alle sind übrigens ehrenamtlich geleitet. Sie zeigen zum Beispiel historische Fahrzeuge, originale Einsatz-

materialien, Fotografien oder persönliche Berichte von Zeitzeuginnen und Zeitzeugen. Das kann sehr inspirierend sein – womit wir wieder bei dem Blick nach vorn wären.

Vielleicht besuchen Sie ja auch mal eine dieser Sammlungen und erhalten dabei ganz neue Eindrücke von unserem DRK und zusätzliche Motivation. Für den bevorstehenden Herbst brauchen wir diesen Schwung. Ich wünsche uns allen auch an trüben Tagen viel positive Energie und Zuversicht.

Herzliche Grüße

Reiner Hoffmann
Vorstandsvorsitzender



© DRK-Landesverband Brandenburg e.V.

Exemplarisch für das Komplexe Hilfeleistungssystem: Das Proben des Ablaufs vor Start der Impfkampagne in der Corona-Pandemie.

Hilfe aus einer Hand: das Komplexe Hilfeleistungssystem

Krisen treten vermehrt gleichzeitig auf, überlagern und verstärken sich oft gegenseitig. Das DRK zeigt hier seine besondere Stärke.

In vielschichtigen Krisenlagen stoßen isolierte Hilfestrukturen schnell an ihre Grenzen. Das DRK kann dann besonders wirksam reagieren – dank des sogenannten Komplexen Hilfeleistungssystems, das Elemente von Hilfsorganisation und Wohlfahrtsverband sowie Haupt- und Ehrenamt wirksam miteinander vernetzt.

Elemente wie Puzzleteile

Das Prinzip: Die vielfältigen Dienste und Angebote des Roten Kreuzes greifen ineinander wie Puzzleteile, die in Krisen jeder Art flexibel zusammenwirken. Elemente sind unter anderem die ehrenamtlichen Gemeinschaften des DRK, die Pflege, soziale Dienste oder der Suchdienst.

Das Komplexe Hilfeleistungssystem verdeutlicht, was das DRK im Gegensatz zu anderen Organisationen auszeichnet: die Verknüpfung von Bevölkerungsschutz und sozialer Infrastruktur ermöglicht Hilfe von der akuten Gefahrenabwehr bis zur langfristigen Versorgung von Menschen.

Zentral für das Komplexe Hilfeleistungssystem ist das Zusammenspiel von Haupt- und Ehrenamt. Gemeinsam garantieren sie, dass Hilfe dort ankommt, wo sie gebraucht wird – im Alltag wie in der Krise. Die flächendeckende Präsenz des DRK sowie das starke Netzwerk über Verbandsgrenzen hinweg ermöglichen es dem DRK, in komplexen Lagen schnell und wirksam zu handeln und bei Bedarf zusätzliche Unterstützung zu mobilisieren.

Wie erfolgreich dieses System in der Praxis in Brandenburg funktioniert, zeigen die Erfahrungen der vergangenen Jahre. „Während der großen Fluchtbewegung 2015/2016 stellten wir als DRK in Brandenburg mit Ehren- und Hauptamt innerhalb kurzer Zeit Notunterkünfte bereit und versorgten ankommende Geflüchtete. Wo unsere eigenen Ressourcen vor Ort an Grenzen stießen, konnten wir schnell und unkompliziert Unterstützung innerhalb des großen Rotkreuz-Netzwerkes anfordern“, sagt Lee-J. Schumann, Leiter Krisenmanagement beim DRK-Landesverband Brandenburg e.V.

Der DRK-Landesverband Hessen e.V. etwa unterstützte bei der Trinkwasserversorgung in der Zeltstadt in Doberlug-Kirchhain, die als Außenstelle der Zentralen Erstaufnahmeeinrichtung des Landes Brandenburg nicht sofort über die notwendige Infrastruktur verfügte.

Paradebeispiel aus der Pandemie

In der Corona-Pandemie passte das DRK in Brandenburg bestehende Strukturen an die akute Krise an, z.B.: Fahrdienste im DRK-Kreisverband Potsdam/Zauch-Belzig e.V. übernahmen die Verteilung von Ausrüstung für Arztpraxen; die DRK Flüchtlingshilfe Brandenburg betrieb Impfzentren; der DRK-Landesverband Brandenburg e.V. entwickelte mobile Impfangebote und übte den Ablauf vorab in einer Pflegeeinrichtung des DRK-Kreisverbands Fläming-Spreewald e.V. „Das ist ein Paradebeispiel dafür, wie wir dank eigener Pflegeeinrichtung mit entsprechendem Fachpersonal für solche Szenarien Prozesse an der Schnittstelle zwischen Krise und Pflege schnell erarbeiten und anpassen können“, sagt Lee-J. Schumann.

Resilienz beginnt vor der Krise

Bevölkerungsschutz beginnt jedoch vor der Krise. Christian Hörl, Vorstandsvorsitzender des DRK-Landesverband Brandenburg e.V., betont: „So leistungsfähig das DRK auch ist: Unsere Einsatzkräfte können im Ernstfall nicht überall gleichzeitig sein. Umso wichtiger ist es, dass Menschen wissen, wie sie sich und anderen zunächst selbst helfen können. Die Stärkung der Selbsthilfe- und Vorsorgekompetenzen der Bevölkerung ist eine unserer zentralen Aufgaben. Dieses Element des Komplexen Hilfeleistungssystems ist so wichtig wie nie.“

Das DRK in Brandenburg setzt vor allem auf den Ausbau von Erste-Hilfe-Kursen mit Selbstschutzhinhalten, die Menschen befähigen, in Notlagen schnell und richtig zu handeln. Auch die Förderung nach flächendeckendem Erste-Hilfe-Unterricht an Schulen und die gezielte Förderung von Schulsanitätsdiensten setzen hier an.

Der Anspruch des Roten Kreuzes ist es, sowohl Helfer in der akuten Krise zu sein als auch als verlässlicher Partner die Krisenfestigkeit der Bevölkerung zu stärken. Dies gelingt nur mit nachhaltiger Unterstützung – durch Ehrenamtliche, Fördermitglieder, Spenden und öffentliche Finanzierung. Jede Form der Unterstützung trägt dazu bei, Strukturen des Bevölkerungsschutzes zu sichern und auszubauen.

Krisenvorsorge beginnt zu Hause: Gut vorbereitet für Notfälle und Katastrophen



In der Krise informiert bleiben, einen ausreichenden Vorrat für Extremsituationen vorhalten und das Notfallgepäck griffbereit haben: Damit ist schon viel für die individuelle Krisenvorsorge getan.

Extremsituationen wie Stromausfälle, Hochwasser oder Versorgungsengpässe können jederzeit eintreten – auch in einem im globalen Vergleich sehr sicheren Land wie Deutschland. Wer gut vorbereitet ist, bleibt in der Krise handlungsfähig und kann sich und andere ver-

sorgen, bis es Entwarnung gibt oder Hilfe eintrifft. Der DRK-Landesverband Brandenburg e.V. unterstützt die Empfehlungen des Bundesamts für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK) zur Krisenvorsorge und gibt hier einen Auszug zu den wichtigsten Tipps. Den kompletten Leitfaden „Vorsorgen für Krisen und Katastrophen“ sowie hilfreiche Checklisten gibt es kostenfrei zum Herunterladen unter: www.bbk.bund.de/ratgeber

Vorrat an Essen und Trinken

Ein Notvorrat zu Hause kann in vielen Situationen hilfreich sein – etwa bei einem Stromausfall, extremen Wetterlagen, einer plötzlichen Erkrankung oder wenn die Supermarktregele leer bleiben. Das BBK empfiehlt einen Vorrat an Trinkwasser und Essen, mit dem man sich mindestens zehn Tage lang selbst versorgen kann. Aber auch ein Vorrat für zumindest drei Tage hilft schon – darauf lässt sich schrittweise aufbauen.

Wasser: Ein Wasservorrat ist wichtig,

wenn kein Wasser mehr aus der Leitung kommt oder das Leitungswasser verschmutzt ist. Ideal sind zwei Liter Wasser täglich pro Person (18 Liter pro Person für drei Tage; 60 Liter pro Person für zehn Tage). Auch an Haustiere denken!

Essen: Bei der Bevorratung von Essen, sind folgende Punkte zu beachten:

- Haltbarkeit: Essen, das nicht gekühlt werden muss, verdirbt während eines Stromausfalls nicht.
- Fertigprodukte: Essen, das nicht ge-

kocht werden muss, ist essbar, auch wenn der Herd nicht mehr funktioniert.

- Kurze Kochzeit: Bei Essen, das mit wenig Energie gekocht werden kann, hält die wertvolle Energie aus dem Camping-Kocher oder Grill länger.
- Zu Versorgende: Allergien oder Essgewohnheiten sollten bei dem Vorrat mitbedacht werden, ebenso Kinder, die in einem Notfall versorgt werden müssen. Auch Haustiere mitdenken!

Warnungen erhalten und informiert bleiben

Die zuständigen Behörden warnen auf verschiedenen Kanälen vor Gefahren und geben Handlungsempfehlungen. Die meisten Informationen sind über Warn-Apps auf dem Handy (z.B. die App NINA) und Radio zu erhalten. In besonderen Gefahrenlagen wird zusätzlich über Sirenen und Handys gewarnt.

Was zu tun ist bei einer Warnung:

- Amtliche Warnungen an Nachbarschaft, Familie und Freundeskreis weitergeben.
- Erreichbar bleiben, z. B. auch nachts das Handy empfangsbereit halten.

- Amtliche Warnungen ernst nehmen: Sie enthalten wichtige Informationen, um sich selbst und andere zu schützen.

Infos und Hilfe im Notfall:

- Powerbank als Notakku: Bei einem Stromausfall ist eine geladene Powerbank hilfreich, um Handy oder Computer aufzuladen.
- Kontakte: Eine ausgedruckte oder handschriftliche Liste hilft, wenn der Zugriff auf digitale Kontakte nicht möglich ist.

- Radio als Informationsquelle: Radiosender funktionieren bei Ausfall von Mobilfunknetz oder Internet, Kurbel- oder Autoradios und batteriebetriebene Radios auch bei Stromausfall.
- Anlaufstellen wie Rathaus oder Notfalltreffpunkte kennen, um im akuten Notfall zu wissen, wo man Informationen erhält.
- Wenn Notrufnummern 110 und 112 nicht mehr funktionieren: bei einem Notfall Polizeiwache oder Krankenhaus aufsuchen.

Notgepäck immer griffbereit haben

Wenn man plötzlich das eigene Zuhause verlassen und vorübergehend woanders unterkommen muss, ist es wichtig, dass das zuvor sorgfältig gepackte Notgepäck griffbereit ist. Denn in einer Notsituation, etwa einer Evakuierung wegen eines Waldbrands, bleibt nicht viel Zeit, um sich darüber Gedanken zu machen, was

man mitnimmt und was zurückgelassen werden kann.

Neben dem gepackten Rucksack aus möglichst robustem Material sollten Schlüssel, Geldbörse und Mobiltelefon griffbereit sein.

Das sollte ein Notgepäck unbedingt enthalten: warme Kleidung, Regenschutz,

feste Schuhe; Wechselkleidung; Mappe mit wichtigen Dokumenten; Erste-Hilfe-Material; persönliche Medikamente; Hygieneartikel; haltbare Lebensmittel und wiederbefüllbare Trinkflasche; Bargeld; geladene Powerbank; Taschenlampe.



Die entscheidenden Minuten

Ersthelferalarmierungssysteme können den Unterschied bei einem Kreislaufstillstand machen.

Ein Mann bricht im Hinterhof eines Mietshauses zusammen, die 78-jährige Nachbarin findet ihn und wählt den Notruf 112. Der Rettungsdienst wird etwa sieben Minuten brauchen. Der Mann atmet nicht mehr. Wird sein Gehirn nicht mit Sauerstoff versorgt, kommt es bereits nach drei bis fünf Minuten zu bleibenden Schäden. Kann die Nachbarin sich hinknien und so lange eine Herzdruckmassage durchführen? Die Situation ist erfunden – ähnliche Notfälle passieren jedoch täglich.

App-basierte Ersthelfersysteme können dazu beitragen, die Zeit bis zum Eintreffen der Rettungskräfte zu überbrücken: „Die Rettungsleitstelle alarmiert registrierte Personen, die sich in der Nähe befinden. Sie begeben sich zum Notfallort – oft nur ein paar Häuser weiter“, erklärt Stefan Osche, Reanimationsexperte im DRK-Generalsekretariat.

Eine der registrierten Personen ist Bastian Schlinck. Nach einem Erste-Hilfe-Kurs meldet sich der Berliner bei der KATRETT-App an. „Wenn der Alarm losgeht, ist man natürlich aufgeregt, weil man nicht genau weiß, was einen erwartet“, berichtet Bastian Schlinck. „Ich habe mir gut überlegt, ob ich das machen will. Mein Handy erinnert mich alle paar Wochen an die wichtigsten Schritte der Wiederbelebung – so fühle ich mich vorbereitet.“

Im Januar kommt es zu seinem ersten Einsatz. Bastian Schlinck wird von der App in eine Wohnung geschickt. Dort reanimiert ein Mann seine Partnerin. „Ich habe den Mann gefragt, ob ich überneh-

men soll. Dann haben wir gewechselt und er hat die Kommunikation mit der Leitstelle übernommen“, erzählt Bastian Schlinck. Zwei Minuten später trifft der Rettungsdienst ein. Die Frau kommt zu Bewusstsein und wird in stabilem Zustand ins Krankenhaus gebracht.

„Dass eine Patientin vor Ort zu Bewusstsein kommt, ist eher selten“, so die Einschätzung von Stefan Osche. Alarmierte Ersthelfende erfahren häufig nicht, wie sich der Zustand der betroffenen Person entwickelt. „Ich habe von den Einsatzkräften ein Kärtchen mit Kontaktmöglichkeiten für psychologische Nachsorge bekommen“, berichtet Bastian Schlinck. „Mit der Ungewissheit nach dem Einsatz umzugehen, ist nicht leicht. Gleichzeitig bekommt man viel positives Feedback und gewinnt Sicherheit – auch für Notfälle im privaten Umfeld.“

„Informieren Sie sich, ob es in Ihrer Region ein Ersthelfersystem gibt und welche Voraussetzungen für die Anmeldung gelten“, bekräftigt Stefan Osche. Ersthelfende könnten die Überlebenschancen der Betroffenen mit einer einfachen Herzdruckmassage signifikant steigern. „Sie können Alarmierungen mit einem Klick und ohne Begründung ablehnen, wenn Sie zum Beispiel gerade Kinder betreuen oder krank sind.“ Je dichter das Netz der Helfenden, desto höher die Wahrscheinlichkeit, dass tatsächlich eine alarmierte Person vor dem Rettungsdienst eintrifft und die kritische Phase überbrückt.

Informieren Sie sich, ob es in Ihrer Region ein Ersthelfersystem gibt:
www.grc-org.de/unsere-arbeitsprojekte/karte-ersthelfersysteme

Spätsommer-Smoothie

Zutaten für 2 Gläser:

1 reife Birne, 1 Pfirsich, 1 kleine Banane, 200 ml Haferdrink, 1 TL Zitronensaft, evtl. Zimt

Zubereitung:

Birne und Pfirsich waschen, entkernen und grob schneiden. Mit Banane, Haferdrink und Zitronensaft cremig mixen. Nach Wunsch mit einer kleinen Prise Zimt abrunden.

Tipp: Gekühlt schmeckt der Smoothie besonders frisch.



Ki-generated

„Zukunft gestalten – DRK-Arbeit unterstützen“

Impressum

DRK-KV Forst Spree-Neiße e.V.

Redaktion:
Antje Claus

Vi.S.d.P.:
Reiner Hoffmann

Herausgeber:
DRK-KV Forst Spree-Neiße e.V.
Jänickestr. 24
03149 Forst (Lausitz)
Tel.: 03562 959630
<http://www.drk-forst.de>
info@drk-spn.de

Auflage:
450