



rotkreuz

Nachrichten

Ihr Mitgliederbrief Dezember 2024



UNSERE THEMEN

- Moin Anneke Pietsch
- Unsere bunten Kurse
- Kultur unter Reet
- Vorsichtsmaßnahmen in der Weihnachtszeit
- DRK-Hausnotruf und DRK-Mobilruf
- Berichte aus der Bereitschaft und Obdachlosenhilfe

Moin Menschlichkeit,

in dieser Ausgabe unseres Newsletters möchten wir Ihnen spannende Neuigkeiten und aktuelle Entwicklungen aus unserer Arbeit vorstellen. Lernen Sie unsere vielfältigen **Treffpunkte** und unsere dafür zuständige **Projektleitung** „Gesundheit im Alter“ kennen. Zudem präsentieren wir Ihnen den **DRK-Hausnotruf** und den **DRK-Mobilruf**, die für zusätzliche Sicherheit in den eigenen vier Wänden und auch unterwegs sorgen. In unseren Berichten aus dem **Ehrenamt** gewähren wir Ihnen Einblicke in das Engagement unserer ehrenamtlichen Helfenden – und auch, wie dieses Hobby Leben retten kann. Darüber hinaus freuen wir uns, Ihnen unser neues **Kulturangebot** in der Langhein-Kate im DRK-Treffpunkt Poppenbüttel vorzustellen – ein Ort für Begegnung und kulturelle Erlebnisse.

Das Jahr neigt sich dem Ende zu, und wir möchten die Gelegenheit nutzen, um Ihnen von Herzen für Ihre Unterstützung zu danken. Ihre Spenden sowie Ihr ehren- oder hauptamtliches Engagement in unserem Kreisverband ermöglichen es, dass wir Gesellschaft gestalten und dort Hilfe leisten, wo sie benötigt wird. Wir wünschen Ihnen und Ihren Familien frohe Weihnachten, besinnliche Festtage und einen guten Start ins neue Jahr. Bleiben Sie gesund und lassen Sie uns gemeinsam auch im kommenden Jahr ein Zeichen für die Menschlichkeit setzen.

Herzliche Grüße,
Ihr Team des DRK-Kreisverband Hamburg-Nordost e. V.

Moin Anneke Pietsch!

Im aktuellen Newsletter möchten wir Ihnen unsere neue Projektleitung „Gesundheit im Alter“ und Treffpunktleitung in Barmbek und Langenhorn vorstellen. Die 28-jährige Anneke Pietsch ist studierte Gerontologin, hat aber auch schon in der praktischen Tätigkeit mit Menschen mit Demenz ihre Erfahrungen gesammelt. Als Gerontologin beschäftigt sie sich mit Alter(n)swissenschaften, sozialen Themen und Gesundheit. Also passend, um unsere Treffpunkte und Kurse weiterhin mit Leben zu füllen und neue Impulse zu setzen.

Auch die sozialen Dienste wie die Kleiderkammer, LüttePlünn – unserem Secondhandshop für Kinder, Blutspende oder die Besuchsdienste, fallen als stellvertretende Abteilungsleitung Soziale Dienste in ihren Aufgabenbereich, der sehr vielfältig und abwechslungsreich ist.

Warum hat sich Anneke für eine Arbeit in unserem Kreisverband interessiert? „Der Kreisverband Hamburg-Nordost ist sehr aktiv in der Senior:innenarbeit, aber auch für Angebote für alle Menschen offen. Mir ist es wichtig, dass Menschen neutrale Unterstützungsangebote bekommen und zusätzlich wirkt der Kreisverband vor Ort im Quartier und dient als Austausch- und Anlaufstelle, das finde ich sehr wichtig und spannend.“

Was macht dir an deiner Arbeit am meisten Spaß, Anneke? „Der Austausch mit Menschen, den Teilnehmenden in den Treffpunkten, Ehrenamtlichen aber auch Multiplikatoren. Es ist schön zu sehen, wenn die Angebote genutzt werden und welche Auswirkungen diese auf die Menschen haben. Unsere Treffpunktangebote sollen Isolation und Vereinsamung vorbeugen und die Gesundheitsangebote sollen zur Bewegung anregen, um fit im Alter zu bleiben – nicht nur körperlich, sondern auch geistig. Besonders wichtig ist mir die Offenheit, neue Angebote zu schaffen, deren Bedarfe zu sehen und umsetzen zu können.“

Die sportliche Niedersächsin hat im April dieses Jahres in unserem Kreisverband angefangen und seitdem schon einige spannende neue Impulse setzen können: wie die Ü60 Disco, die nun regelmäßig stattfinden soll, einen Kreativworkshop oder einen Zumba Kurs im Treffpunkt Barmbek.

Annekes Ziel in unserem Kreisverband ist es: „Ich möchte mehr Menschen aus der Nachbarschaft erreichen und die Treffpunkte für alle Generationen öffnen, um übergreifende Angebote zu schaffen und einen Raum für alle Menschen zu bieten.“



© C. Beckmann / DRK

Unsere Projektleitung „Gesundheit im Alter“ Anneke Pietsch

Wir freuen uns, dass Anneke im Team ist, und Anneke freut sich über helfende Hände für bestehende Angebote oder neue Ideen für zukünftige Kursangebote.

Unsere bunten Kurse

In unseren Treffpunkten in Barmbek, Langenhorn, Volksdorf, Sasel und Poppenbüttel bieten wir ein breites Spektrum an Kursen, die sowohl aktive als auch entspannende Elemente beinhalten. Egal, ob Sie sich fit halten oder einfach nur entspannen möchten – bei uns ist für jeden etwas dabei.

Für die körperliche Fitness bieten wir eine Vielzahl aktiver und entspannender Kurse an. Dazu gehören unter anderem Senior:innen- und Osteoporosegymnastik sowie Senior:innen Selbstverteidigung, die speziell auf die Bedürfnisse älterer Menschen abgestimmt sind. Für Tanzbegeisterte haben wir z. B. Zumba im Programm, während Yoga, Qi Gong und Feldenkrais dazu beitragen, Körper und Geist in Einklang zu bringen.

Um auch geistig aktiv zu bleiben, bieten wir in einigen unserer Treffpunkte Gedächtnistraining an. Diese Kurse helfen, die kognitiven Fähigkeiten zu stärken und das Gedächtnis zu schulen.

Darüber hinaus kommen kreative Angebote nicht zu kurz: In unseren Mal- und Kreativkursen können Teilnehmer:innen neue Techniken erlernen und ihre künstlerischen Fähigkeiten entfalten. Auch Geselligkeit spielt in unseren Treffpunkten eine große Rolle. Bei Kaffee- und Kuchennachmittagen sowie bei Spielen wie Skat, Bridge und Bingo haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, sich auszutauschen und neue Bekanntschaften zu schließen.

Für Menschen ab 60 Jahren bieten wir zudem spezielle Digitalcafés an, in denen wir den Umgang mit Smartphones, Tablets und Laptops näherbringen. So bleiben unsere Teilnehmenden auch in der digitalen Welt auf dem Laufenden.

Alle unsere Kurse und Anmeldemöglichkeiten finden Sie auf unserer Website: www.drk-hamburg-nordost.de oder telefonisch unter 040 29803950. Wir freuen uns darauf, Sie in unseren Treffpunkten willkommen zu heißen!

Vorstellung der neuen Reihe „Kultur unter Reet“

Kultur und Gemeinschaft im Treffpunkt Poppenbüttel / Langhein-Kate

Mit unserer neuen Reihe „Kultur unter Reet“ möchten wir Sie herzlich einladen, unvergessliche Kulturabende in der gemütlichen Atmosphäre der historischen Langhein-Kate in Poppenbüttel zu erleben. Freuen Sie sich auf besondere Konzerte und Lesungen in einem Ort voller Charme und Geschichte.

„Kultur unter Reet“ soll Menschen zusammenbringen und Begegnungen ermöglichen. Gerade heute, wo der persönliche Austausch oft zu kurz kommt, möchten wir einen Raum für Gemeinschaft und schöne Erlebnisse schaffen. Unsere Veranstaltungen bieten Ihnen eine kleine Auszeit vom Alltag, um Kunst und Kultur in entspannter und persönlicher Atmosphäre zu genießen.

Den Auftakt machte am 10.10.2024 ein wundervoller Abend unter dem Motto „Herbstklänge“. Klavierstücke von Beethoven, Schumann und Tschai-kowsky, begleitet von interessanten musikhistorischen Erläuterungen, wurden in Verbindung mit dem Thema „Herbst“ präsentiert. Visuelle Projektio-



© DRK KV Hamburg-Nordost e. V.

nen machten das Erlebnis noch stimmungsvoller und sorgten für eine rundum gelungene Veranstaltung.

Die Langhein-Kate mit ihrem urigen Reetdach ist der perfekte Ort, um Tradition und modernen Kulturgenuss zu verbinden. Es bereitet uns viel Freude, diesen besonderen Raum mit Leben zu füllen und Ihnen regelmäßig stimmungsvolle Konzerte und Lesungen anzubieten.

In den Pausen erwarten Sie Getränke und Brezeln – die ideale Gelegenheit,

sich auszutauschen und den Abend entspannt ausklingen zu lassen.

Wir freuen uns schon jetzt darauf, Sie in der Langhein-Kate zu begrüßen und gemeinsam viele schöne Kulturabende zu erleben.

Die nächsten Veranstaltungen finden Sie auf unserer Webseite unter www.drk-hamburg-nordost.de. Bei Fragen melden Sie sich gerne unter info@drk-hamburg-nordost.de oder 040 470656.

Besinnlichkeit und Brandgefahr

Ein unbeaufsichtigtes Teelicht oder ein falsch gezündeter Silvesterböllchen – schon kann ein fröhlicher Abend in einem Notfall enden. Wie kann man sich schützen und was ist im Notfall zu tun? Damit es nicht zu gefährlichen Situationen kommt, sollen Kerzen niemals unbeaufsichtigt brennen und Kinder ebenso wie Haustiere nur unter Aufsicht in deren Nähe sein. Auch elektrische Lichterketten sollten auf Überhitzung geprüft und nachts sowie bei Abwesenheit ausgeschaltet werden. „Wo mit Feuer oder offener Flamme hantiert wird, sollten Löschmittel wie ein Eimer Wasser, ein Feuerlöscher oder eine Löschdecke bereitgehalten werden,“ rät Professor Bernd Böttiger, DRK-Bundesarzt. „So können Sie schnell reagieren, wenn doch einmal etwas passiert.“ Gerät Kleidung in Brand, kann dieser mit einem Feuerlöscher oder einer Decke aus Naturfasern gelöscht werden. „Schließen Sie die dem Körper anliegende Decke um den Hals der betroffenen Person, legen Sie die Person auf den Boden und streichen Sie die Decke vom Hals in Richtung der Füße glatt“, erklärt Professor Böttiger. Die Kleidung sollte rasch entfernt werden, soweit sie nicht mit der Haut verklebt ist. Bei großflächigen Verbrennungen ist der Notruf 112 zu veranlassen. Helfende müssen kontinuierlich prüfen, ob die betroffene Person bei Bewusstsein ist und normal atmet. Was können Ersthelfende bei kleinflächigen Verbrennungen unternehmen? Wenn die Wunde nicht größer als der Unterarm ist, kann der Schmerz mit fließendem kühlem Leitungswasser gelindert werden. „Bitte öffnen Sie Brandblasen nicht, sonst machen Sie es Keimen leicht, in die Wunde einzudringen,“ sagt Professor Böttiger. „Auch von Hausmitteln wie Mehl oder Salben rate ich dringend ab.“ Um offene Brandwunden zu versorgen, sollten Helfende eine sterile Kompresse auf die Wunde legen und die Wundauflage fixieren. Auch kleinere Brandwunden sollten im Zweifel ärztlich unter-



© Canva

sucht werden. „An Silvester haben unsere DRK-Mitarbeitenden in den Kliniken und im Rettungsdienst alle Hände voll zu tun. Noch immer passieren in dieser Nacht viele Unfälle im Zusammenhang mit Feuerwerk“, berichtet der DRK-Bundesarzt. Neben Verbrennungen häufen sich auch Augen- und Finger-Verletzungen. Bei Augenverletzungen können Ersthelfende einen Verband um beide Augen wickeln, auch um das betroffene Auge ruhigzustellen. Bei schweren Verletzungen der Finger gilt es, eine Blutung zu stoppen, möglicherweise abgetrennte Fingerteile sicherzustellen und dem Rettungsdienst zu übergeben.

Um die Maßnahmen bei Verbrennungen, Amputations- oder Augenverletzungen und vielen weiteren Notfällen sicher zu beherrschen, empfiehlt das DRK, alle zwei Jahre einen Erste Hilfe Kurs zu besuchen. Buchen Sie jetzt Ihren Kurs unter www.erste-hilfe-hamburg.org.

DRK-Hausnotruf und DRK-Mobilruf

Unser DRK-Hausnotruf und der DRK-Mobilruf bieten maßgeschneiderte Sicherheit für verschiedene Lebenssituationen. Der Hausnotruf ist ideal für Menschen, die allein leben, viel Zeit zuhause verbringen oder aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr so mobil sind. Der Hausnotruf sorgt dafür, dass Hilfe in den eigenen vier Wänden stets schnell zur Stelle ist und Sie sicher und selbstbestimmt in Ihrer vertrauten Umgebung wohnen bleiben können. Der Mobilruf hingegen richtet sich an diejenigen, die viel unterwegs sind und auch außerhalb des Hauses abgesichert sein möchten. Sei es beim Waldspaziergang, beim Einkaufen in der Stadt oder bei einem Rundgang mit ihrem Hund.

Für den DRK-Mobilruf stehen zwei moderne Uhren zur Verfügung, die neben einem Sturzsensor auch die Anzahl der Schritte zählen und sich optisch an Smartwatches orientieren. Die Easierlife Watch misst zusätzlich sogar den Puls. Alternativ gibt es das handliche MobileCare Pro, ein kleines Gerät, das bequem in der Hosentasche mit sich geführt werden kann. Alle drei Mobilgeräte arbeiten mit einer Positionsbestimmung per GPS zur einfachen Notrufauslösung und zur Übertragung des aktuellen Aufenthaltsortes. So sind Sie auf der sicheren Seite, egal wo Sie grad sind.



Unser DRK-Hausnotruf und DRK-Mobilruf bietet entscheidende Vorteile:

- Betreuung durch 100 % eigene DRK-Mitarbeitende
- Eigene Schlüsseltresore für die sichere Aufbewahrung Ihrer Schlüssel
- 24 Stunden/7 Tage Erreichbarkeit durch unsere Hausnotrufzentrale
- Unbegrenzte Bereitschaftseinsätze - das DRK ist immer für Sie da, wenn Hilfe benötigt wird, ohne zusätzliche Kosten

Unter bestimmten gesetzlichen Voraussetzungen können die Kosten für diese Services vollständig oder teilweise durch die Pflegekasse übernommen

werden. Für eine persönliche Beratung und die Auswahl des passenden Geräts nach Ihren individuellen Bedürfnissen, erreichen Sie unser **Hausnotruf-Team unter der Nummer 040 19 2 19**.

Sie sind bereits DRK-Hausnotruf oder DRK-Mobilruf Kund:in? Dann ist unsere Aktion „Nachbarn werben Nachbarn“ genau das Richtige für Sie! Werben Sie einen Neukunden und erhalten dafür einen Monat den Hausnotruf gratis. Der Neukunde freut sich ebenfalls über einen Gratismonat. Rufen Sie uns gern an und sichern Sie sich Ihren Vorteil: 040 19 2 19.

NEU: Unsere helfenden Hände für Haus und Garten

Mit grünem Daumen, handwerklichem Geschick und klarem Blick machen wir Haus und Garten fit!

Seriös, kompetent und zuverlässig unterstützen wir Senior:innen und Menschen mit Unterstützungsbedarf in den Bezirken Hamburg-Nord und Hamburg-Wandsbek für aktuell 38,95 €/Std.

Unsere Leistungen umfassen:

- Gartenpflege
- Fensterreinigung
- Möbelaufbau und -abbau

Wenn Sie Unterstützung benötigen, stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Wir freuen uns darauf, Ihnen helfen zu können!

Kontaktieren Sie uns unter: **040 6570042** oder hausnotruf@drk-hamburg-nordost.de.

 **Deutsches Rotes Kreuz** | DRK-Kreisverband Hamburg-Nordost e.V.

HELFENDE HÄNDE FÜR HAUS & GARTEN

 38,95 €/Std.

Neu Fensterreinigung

Jetzt anrufen: 040 657 00 42

www.drk-hamburg-nordost.de

Zwischen Race Across Germany und Barbecue für die Seele

Im zweiten und dritten Quartal 2024 konnte unsere spendenfinanzierte Obdachlosenhilfe neben den stationären Essens- und Kleidungsausgaben immer montags und donnerstags in der Hamburger Innenstadt auch die sogenannten aufsuchenden „Hitzetouren“ am Sonntag über den Kiez, den Altonaer Bahnhof und das Pik As durchführen. In einer Zeit, in der die Zahl der Bedürftigen (Obdach- und Wohnungslose sowie arme Bürger:innen) stetig steigt und das Elend auf Hamburgs Straßen zunimmt, freut es unsere Ehrenamtlichen ganz besonders, wenn sie ob kleinerer, zweckgebundener Spenden von Freunden, Bekannten und regelmäßigen Unterstützenden ihren Gästen von der Straße zusätzlich auch ein paar besondere Momente schenken können.

So nahm Andreas Zaun, der Mann unserer Ehrenamtlichen Tania, Ende Juni an der Deutschen Ultracycling-Meisterschaft teil und fuhr in drei Tagen mit dem Fahrrad von Flensburg nach Garmisch-Patenkirchen. Die 1.152 km legte er nicht nur in unglaublichen 56:46:43 Stunden zurück. Er hatte seine sportliche Höchstleistung auch mit einer Fundraising-Aktion verknüpft, in deren Verlauf über 2.000 Euro für die DRK-Obdachlosenhilfe zusammenkamen. Mit einem Teil des Erlöses konnte am 4. August ein dreistündiges kulinarisches Fest beim Reeperbahn Kultimbiss „Lucullus“ (Currywurst/Pommes) – auch dank des Entgegenkommens der Chefin Carolin Schultze, die 30 Portionen gar nicht berechnete und die anderen zum Einkaufspreis fakturierte – für 180 Obdachlose organisiert werden. Schon am 25. Juli hatte es für 150 Bedürftige in der Innenstadt bereits zum zweiten Mal in Kooperation mit der regionalen Eismanufaktur „Lecker & Löffler“ 500 Kugeln des köstlichen Gefrorenen gegeben. Freude und Zuspruch waren groß, denn bekanntlich ist ja ein Leben ohne Eis machbar, aber sinnlos.



© Andreas Zaun

Unser Obdachlosenhilfe-Team

Schon zum dritten Mal war unsere Obdachlosenhilfe am 15. September ins REWE Center Altona eingeladen, wo über 300 Bedürftige zu einem Barbecue zusammenkamen, das von REWE Nord, der Unser Norden Stiftung und dem Förderverein FRIENDS CUP ausgerichtet war. Aus unserem Bus heraus konnten wir ein breites Sortiment an Hygieneartikeln sowie Socken an die Gäste verteilen. In einem Interview mit dem „Hamburg Journal“ lobte der Bedürftige Jens nicht nur das DRK-Engagement, sondern brachte auch den Kern solcher Zusatzveranstaltungen, wie wir sie in diesem Mitgliederbrief vorstellen, auf den Punkt: „In diesen drei Stunden vergesse ich meine Sorgen.“

Sie möchten unsere Obdachlosenhilfe unterstützen?

Spenden an die Obdachlosenhilfe:
IBAN DE 68 2005 0550 1035 2183 10
BIC HASPDEHHXXX
Stichwort: „Obdachlosenhilfe“

Hobby „Leben retten“ – Ein Blick hinter die Kulissen unserer Bereitschaft

Unsere ehrenamtliche Bereitschaft steht Tag und Nacht parat, um Menschen in Not zu helfen. Mit beeindruckendem Engagement und Herzblut sind die Ehrenamtlichen stets zur Stelle, wenn schnelle Hilfe erforderlich ist – sei es bei Großveranstaltungen, Sportevents oder im Katastrophenfall. Diesen Sommer übernahmen unsere Einsatzkräfte zum Beispiel mehrere Tage den Sanitätsdienst auf dem Hamburger Dom, sorgten bei verschiedenen Sportveranstaltungen für die Sicherheit der Teilnehmenden und sicherten auch diverse Konzerte ab. Doch der Höhepunkt der Einsätze ereignete sich im September während einer Laufveranstaltung. Ein Sportler erlitt einen Herz-Kreislauf-Stillstand – eine Situation, die schnelles und professionelles Handeln erfordert. Dank der Ausbildung und regelmäßigen Übungen unserer Ehrenamtlichen waren sie in kürzester Zeit zur Stelle. Die lebensrettenden Maßnahmen wurden sofort eingeleitet und durch das beherrzte Eingreifen unserer Einsatzkräfte konnte das Leben des Läufers gerettet werden.

Dieser Vorfall zeigt einmal mehr, wie wichtig und wertvoll das Ehrenamt im Sanitätsdienst ist. Wir sind stolz auf unsere Ehrenamtlichen, die sich selbstlos für das Wohl anderer einsetzen. Ihr Engagement zeigt, dass Zusammenhalt, Vorbereitung und Tatkraft Menschenleben retten können.



© BBK

Unsere ehrenamtlichen Einsatzkräfte bei einer Großübung für den Bevölkerungsschutz

Möchten auch Sie ehrenamtlich Lebensretter:in werden? Dann melden Sie sich unter mitmachen@drk-hamburg-nordost.de oder 040 470656.

Name und Sitz des überweisenden Kreditinstituts

BIC

Angaben zum Zahlungsempfänger: Name, Vorname/Firma (max. 27 Stellen bei maschineller Beschriftung max. 36 Stellen)

DRK Kreisverband Hamburg - Nordost e.V.

IBAN

DE 68 20 05 05 50 10 35 21 83 10

BIC des Kreditinstituts oder Zahlungsdienstleisters (8 oder 11 Stellen)

HASPDEHHXXX



Betrag: Euro, Cent

Spenden-/Mitgliedsnummer oder Name des Spenders: (max. 27 Stellen)

ggf. Stichwort

N L 0 3 / 2 0 2 4

PLZ und Straße des Spenders: (max. 27 Stellen)

Angaben zum Kontoinhaber/Zahler: Name, Vorname/Firma, Ort (max. 27 Stellen, keine Straßen- oder Postfachangaben)

IBAN

DE 06

Datum

Unterschrift(en)

SPENDE

IBAN des Auftraggebers	
Empfänger: DRK KV Hamburg-Nordost e.V.	
Bankverbindung des Empfängers: DE68200505501035218310 HASPDEHHXXX	
EUR	
SPENDE	
Verwendungszweck (nur für Empfänger):	

Auftraggeber/Einzahler:

(Quittung des Kreditinstituts)

Unser Hausnotruf – Hilfe auf Knopfdruck

DRK Hausnotruf
Hamburg



DRK Hausnotruf – Selbstbestimmt und sicher zu Hause und unterwegs leben

Notfall: Hilfe auf Knopfdruck

**ERSTER
MONAT
KOSTENLOS***
*bis 31.12.24



040 - 19 219

Die Nummer für Hausnotruf in Hamburg

www.drk-hausnotruf-hamburg.de

Unsere Geschäftsstelle & Service

Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Hamburg-Nordost e.V.
Steilshooper Str. 2
22305 Hamburg

Tel.: 040 470656 Zentrale
Tel.: 040 6570041 Erste Hilfe
Tel.: 040 6570042 Hausnotruf
Fax: 040 473182

E-Mail: info@drk-hamburg-nordost.de
www.drk-hamburg-nordost.de

Öffnungszeiten:
Mo. bis Do. 08:00 - 16:30 Uhr
Fr. 08:00 - 14:00 Uhr

Impressum

DRK KV Hamburg-Nordost e.V.

Redaktion:
Celina Beckmann

V.i.S.d.P.:
Oliver Weber

Herausgeber:
DRK KV Hamburg-Nordost e.V.,
Steilshooper Straße 2
22305 Hamburg

Auflage:
10.000