

VER BUN DEN

Zeitschrift für die Mitarbeitenden der
Gruppe DRK Landesverband Hamburg

3 2021

Ein Strich heißt: kein Corona!

HIPPY geht auch digital

Zoom-Yoga für Seniorinnen

**Mein Steckenpferd:
Pole Dance & Fitness**



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

Liebe Mitarbeitende!

„Wir sind jetzt am Ende des Tunnels“, hat Hamburgs Bürgermeister Peter Tschentscher kürzlich verkündet. Bei aller Skepsis, ob die Pandemie nun bald ausgestanden ist, zeigen sich aktuell zumindest in Hamburg offensichtliche Erfolge durch die konsequente Anwendung von AHA-Regel, Lockdown, Testen und Impfen. Dazu, dass sich die Lage in unserer Stadt immer weiter verbessert, tragen jedoch auch viele engagierte Menschen wie im Roten Kreuz bei.

VERBUNDEN berichtet in dieser Ausgabe darüber, wie einfallsreich Kolleginnen und Kollegen sich um Lösungen in der Krise kümmern – egal, ob sie sich ehrenamtlich oder hauptamtlich einsetzen. Beispiele gibt es viele dafür und auch neue Wege. Familienhilfe oder Yoga für Senioren – vieles gelingt erstaunlich gut digital.

Und während überall in der Stadt in den letzten Monaten gegen die Corona-Ausbreitung geimpft und getestet wurde, beförderte das Rote Kreuz auch Seniorinnen und Senioren zu ihren Impfterminen in die Hamburger Messehallen.

Darüber, aber auch über weitere News aus dem Roten Kreuz berichten wir in dieser Ausgabe.

VERBUNDEN wünscht wie immer eine gute Lektüre!



Rainer Barthel

Rainer Barthel



Vom Pilotprojekt zum Standard

8



Bewegung macht glücklich

6



Per Zufall zu Lebensfreude und Sportspaß

12

inhalt

- 3 *helfen in hamburg:* **HIPPY** geht auch digital
- 4 *6 fragen:* **Ludmila Remmele**, Leiterin des Familienbildungsprogramms **HIPPY**
- 6 *menschen:* **Zoom-Yoga** für Seniorinnen
- 8 *vorgestellt:* **Ein Strich heißt: kein Corona!**
- 11 *nachrichten:* **Meldungen aus dem Roten Kreuz**
- 12 *nach der arbeit:* **Mein Steckenpferd: Pole Dance & Fitness?**
- 15 *nachrichten:* **Meldungen aus dem Roten Kreuz**
- 16 *impresum*

HIPPY geht auch digital

Die Kontaktbeschränkungen verändern alle Bereiche des Lebens. Auch HIPPY, das Hausbesuchsprogramm für internationale Familien mit Kindern im Vorschulalter des DRK Hamburg, musste umdenken und fand kreative Lösungen mit digitalen Formaten.



Der Videodreh beginnt mit einem Schnelltest. „Den machen wir natürlich vor jedem Treffen“, sagt Ludmila Remmele. Die Leiterin des HIPPY-Bildungsprogramms für internationale Familien mit Vorschulkindern setzt einen Mund-Nasenschutz auf, als ihre Protagonistinnen das Büro in der Hallerstraße betreten. Fröhlich begrüßt sie Swetlana Schimanski, Maryna Hoppe und Gülay Okur. Normalerweise würden sich die Frauen in die Arme fallen, sich Herzen und küssen, aber das fällt in Corona-Zeiten leider aus. „Alles läuft kontaktfrei, auch unser Übungsprogramm“, erklärt die blonde Leiterin mit einem leichten osteuropäischen Akzent. Die drei Hausbesucherinnen hängen plappernd ihre Jacken

an die Garderobe. Sie desinfizieren sich die Hände, lüpfen ihre Masken und stecken sich die Wattestäbchen tief in die Nasen. „Negativ!“, ruft Swetlana Schimanski und lacht, nachdem ein roter Balken an der richtigen Stelle auf dem Teststreifen erscheint. Auch ihre Kolleginnen weisen keine Antigene des Sars-CoV-2-Virus auf. „Dann wollen wir mal anfangen“, sagt Gülay Okur, greift ihre Handtasche und marschiert entschlossen in den Gruppenraum. Die drei Hausbesucherinnen sind heute Drehbuchautorinnen, Kamerafrauen, Regisseurinnen und Schauspielerinnen in einem. „Jede Woche filmt ein anderes Team die Übungsaufgaben für die Familien, die wir dann per

Whatsapp verschicken“, erklärt Ludmila Remmele. Im HIPPY-Programm betreuen 13 Hausbesucherinnen 158 Familien verschiedener Herkunft mit 161 Kindern zwischen drei und sechs Jahren. 18 Monate lang lernen Eltern und Kinder mit speziellen Büchern und Übungsheften spielerisch die deutsche Sprache, Kultur und Alltagsleben. Jede Hausbesucherin betreut in ihrem Wohnbezirk eine feste Gruppe mit etwa einem Dutzend Familien. Normalerweise erklärt sie die wöchentlichen Aufgaben bei einem persönlichen Besuch in den Wohnungen. Alle zwei Wochen trifft sich die Gruppe, um Fragen zu klären, wichtige Themen zu besprechen, sich auszutauschen, Freundschaften zu schließen, zu spielen, zu essen, zu lachen oder einfach zusammen zu sein. All das ist im Lockdown nicht möglich. Also ist HIPPY wie viele Lebensbereiche online gegangen.

„Wer filmt zuerst?“ fragt Gülay Okur. Auf dem Tisch liegen Übungshefte, verschiedene Nudelsorten, Stifte und ausgeschnittene Kärtchen bereit. „Ich mache das“, sagt Maryna Hoppe. Die 33-Jährige in Röhrenjeans, Sneaker und einer langen Strickjacke hat ihre Steilshooper Gruppe im August 2020 gegründet. Davor war die gebürtige Ukrainerin mit ihren beiden Kindern vier Jahre lang selbst HIPPY-Mutter. „Gerade am Anfang sind die persönlichen



Treffen wichtig, um sich kennenzulernen und Vertrauen aufzubauen“, weiß die qualifizierte Hausbesucherin. „Zum Glück ging das bis zum zweiten Lockdown im November noch für ein paar Wochen.“ Dann filmt sie ihre Kolleginnen beim Rollenspiel. Swetlana Schimanski übernimmt die Rolle der vorlesenden Mutter, Gülay Okur die des Kindes. Die Themen der Woche lauten Essen, Lesen und Ordnung schaffen und so heißen die Figuren Tante Nudel, Onkel

Ruhe und Herr Schlau. Absatz für Absatz arbeiten sich die Hausbesucherinnen durch das Übungsheft. Sie lesen die Sätze vor, sortieren und zählen die verschiedenen Nudelsorten, malen Kochmützen und Schürzen an, spielen Lotto mit den ausgeschnittenen Karten und singen Lieder, die sie per Smartphone in das Video einspielen. Als Mutter loben sie das Kind,



als Kind fragen sie nach oder korrigieren die Aussprache der Mutter wie im richtigen Leben. Natürlich wird dabei gelacht und es passieren auch Pannen. Mal ist der Speicher des Handys voll, dann fehlen wieder Materialien, aber auch das geschieht bei den Hausbesuchen vor Ort. Was beim Digitalen fehlt, sind die Feinheiten der persönlichen Begegnung und die

Randgespräche. „Wenn wir die Familien besuchen, merken wir, wenn etwas nicht stimmt“, sagt Gülay Okur. Deshalb verteilt sie die wöchentlichen Materialien auch weiterhin persönlich an der Haustür. „Natürlich auf Distanz und mit Maske, aber ich muss den Müttern in die Augen sehen“, sagt die erfahrene Fachkraft, die seit 2009 schon viele Alto-naer Familien durch das Programm geführt hat.

„Für uns bedeutet das alles sehr viel mehr Aufwand, aber es lohnt sich“, meint Swetlana Schimanski. Auch sie ist seit 2009 im HIPPY-Team. „Viele Eltern sagen: Gott sei Dank haben wir HIPPY, sonst würden wir untergehen.“ Trotzdem sehnen sich alle nach dem Ende des Lockdowns. Die meisten Hausbesucherinnen haben ihre erste Impfung hinter sich, der Sommer steht vor der Tür und die Inzidenzzahlen fallen. „Ich freue mich, wenn ich endlich wieder alle in den Arm nehmen kann“, sagt Gülay Okur. „Zurzeit mache ich meine Arbeit, das ist okay, aber es macht keinen großen Spaß.“ Trotzdem lacht sie während des Drehs – aber auch das ist kein Wunder, denn die drei Kolleginnen arbeiten heute ja ganz real zusammen.

Text: Constanze Bandowski

Fotos: Karin Desmarowitz

Ludmila Remmele, Leiterin des Familienbildungsprogramms HIPPY

VERBUNDEN: HIPPY lebt durch persönliche Kontakte der Hausbesucherinnen und der Familien. Wie funktioniert das unter den Corona-Maßnahmen?

Ludmila Remmele: Das Programm erfolgt überwiegend kontaktlos. Die Hausbesucherinnen verteilen die Materialien vor der Haustür oder über Briefkästen. Die Übungen folgen digital per Video über Whatsapp, Gespräche finden telefonisch statt oder per Chat. Manchmal gibt es auch „walk and talk“ an der frischen Luft. Die Gruppen treffen sich alle zwei Wochen per Videokonferenz.

Haben denn alle Familien Zugang zu digitalen Medien?

Alle haben Handys. Das ist kein Problem.

HIPPY – Vorbereitung auf die Schule

HIPPY steht für „Home Interaction for Parents and Preschool Youngsters“ und ist ein Familienbildungsprogramm mit dem Ziel der frühen Förderung von 4- bis 6-jährigen Kindern. Es ist ein Lern- und Spielprogramm zur Vorbereitung auf die Schule und richtet sich vor allem an Kinder und ihre Eltern, die nach Deutschland zugewandert sind. Die Familien werden auch über relevante Themen aus den Bereichen Gesundheit, Erziehung und Bildung informiert und über integrationsrelevante Themen wie z. B. „Aufwachsen mit Zweisprachigkeit“.

Geht dabei nicht viel verloren?

Zum Teil entgehen uns wichtige Informationen über die Familien, weil wir sie nicht mehr im privaten Rahmen besuchen. Die häusliche Gewalt hat definitiv zugenommen, aber wir bekommen das erst viel zu spät mit. Natürlich fehlt auch der gesellige Austausch untereinander.

Gibt es auch Vorteile?

Durch die Videokonferenzen erreichen wir Familien, die aufgrund ihrer Arbeit nie persönlich an den Gruppentreffen teilnehmen könnten.

Im Homeoffice können sie das einrichten. Auch die Übungsvideos kommen gut an, weil sie immer wieder angeschaut werden können. Und wir laden Referentinnen zum Videostream ein, die sonst für alle Gruppen zu teuer wären.

HIPPY ist in Stadtteilen tätig, wo die Corona-Zahlen besonders hoch sind. Welche Erfahrungen machen Sie?

Wir führen keine Statistik, aber uns erreichen durchgehend Informationen über positive Fälle. Auch eine Hausbesucherin war positiv. Die Menschen leben so dicht aufeinander, dass sie nicht nur mit Corona zu tun haben, sondern vor allem mit



häuslicher Gewalt. Gerade letzte Woche wurde eine HIPPY-Mutter mit einem Nervenzusammenbruch in eine Klinik eingeliefert.

Wie reagieren Sie darauf?

Kinderschutz ist bei HIPPY grundsätzlich ein großes Thema. Wir schulen unser Team regelmäßig, auch jetzt. Unsere Hausbesucherinnen haben ein gutes Gespür für die Situation in den Familien. Im Moment erreichen uns die Anzeichen leider nur verzögert. Aber wir bleiben kreativ und flexibel in unserem Programm und sind sehr froh, dass wir trotz Überstunden und erschwerten Bedingungen nicht aufgeben haben und HIPPY weiterläuft.

*Die Fragen stellte
Constanze Bandowski.*

Zoom-Yoga für Seniorinnen

Während des Lockdowns musste das Hamburger Rote Kreuz auch die Angebote in seinen Service-Wohneinheiten herunterfahren. Durch eine Spende des bundesweiten DRK-Corona-Nothilfefonds konnten die Yoga-Kurse in vier Bergedorfer Anlagen jedoch online gehen.

„Wenn ich Yoga mache, bin ich ein paar Tage richtig gut drauf“, sagt Karin Niemann und strahlt. Und weil heute Mittwoch ist und damit Yoga-Tag in der Bergedorfer Service-Wohnanlage am Wiesnerring 45, ist die 78-Jährige schon früh auf den Beinen. Eine dreiviertel Stunde vor Beginn der Stuhlgymnastik steht die gebürtige Mecklenburgerin mit ihrem Stock vor dem DRK-Büro am Eingang des Hauses. Fröhlich begrüßt die alte Dame ihre Wohnbereichsleitung und Yoga-Lehrerin: „Guten Morgen, liebe Gabi, guten Morgen, liebe Anja!“

„Guten Morgen, liebe Karin“, antworten Gabriele Gauger und Anja Meier-Zallin, natürlich mit Mund-Nase-Schutz und ausreichend Abstand. „Wir sind hier alle per Du“, erklärt Anja Meier-Zallin, dann wendet sie sich wieder an ihre Schülerin: „Karin, es kann heute etwas später werden, wir haben noch ein kleines technisches Problem.“ Normalerweise trifft Anja Meier-Zallin ihre zehnköpfige Yoga-Gruppe vom Wiesnerring 45 jeden Mittwoch Punkt neun Uhr im großen Gemeinschaftsraum oder auf der Sonnenterrasse. Die sind seit dem zweiten Lockdown im Herbst 2021 jedoch geschlossen. Alle Angebote fallen aus: Gymnastik, Spielen, Malen, Klönschnack oder Kaffeetrinken – alles wartet auf die Lockerungen des Hamburger Senats. Nicht so „Yoga auf dem Stuhl“. „Wir machen das jetzt über Zoom“, erklärt Anja Meier-Zallin. Und das funktioniert so: Die



DRK-Mitarbeiterin kommt mit den Tablets in die Wohnanlage und fährt so viele Geräte hoch, wie sie für sich und ihre Teilnehmerinnen benötigt. Kurz vor Beginn der Online-Stunde verteilt Gabriele Gauger die Tablets in den Wohnungen. So können alle die Yoga-Lehrerin per Video-Konferenz-System Zoom auf ihrem Stuhl im Gemeinschaftsraum turnen sehen und hören. Die 37-jährige Anja Meier-Zallin hat wiederum alle Mitturnerinnen auf ihrem eigenen Tablet im Blick. „Wie bei meinen privaten Yogastunden“, sagt die zweifache Mutter, selbstständige Yoga-Lehrerin und hauptberufliche Pflegeberaterin der DRK-Sozialstation Lohbrügge. Allerdings ist die ausgebildete Pflegefachkraft privat nicht für die Technik ihrer Teilnehmerinnen verantwortlich. Beim Senioren-Yoga des DRK-Service-Wohnen schon. Die Tablets sind eine Spende des bundesweiten DRK-Corona-Nothilfefonds.



Fachbereichsleiterin Anja Hanne- mann hatte sich dort beworben und den Zuschlag für 15 Geräte erhalten. „Das war die Geburtsstunde unserer Online-Kurse“, berichtet Yoga-Lehrerin Meier-Zallin. Allerdings hatte niemand die zusätzlichen Kosten für die 15 Prepaid-Karten bedacht. Die Senioren-Wohnanlagen haben in der Regel kein WLAN und so benötigt jedes Tablet eine SIM-Karte für das Streaming. „Ausgerechnet heute ist das Datenvolumen aufgebraucht“, sagt Anja Meier-Zallin und seufzt. Der Anbieter ist erst ab neun erreichbar, also müssen sich Karin Niemann und ihre Mitturnerinnen noch etwas gedulden. „Kein Problem“, sagt die yogabehgeisterte Bewohnerin und geht behutsam zurück in ihre eigene Wohnung. Eine halbe Stunde später ist das Problem gelöst. Alle Karten sind aufgeladen, das Streaming funktioniert, Anja Meier-Zallin sitzt auf einem Stuhl im Gemeinschaftsraum, auf ihrem Bildschirm erscheinen fünf Frauen. „So,



ihr Lieben“, sagt die Anleiterin und lächelt freundlich in die Kamera, „könnt ihr mich hören?“ Alle nicken, winken oder heben die Daumen. „Dann kann es ja endlich losgehen.“ Die Expertin für Senioren-Yoga atmet tief ein und aus. Dann beginnt sie mit sanfter Stimme zu reden: „Setz dich auf deinen Stuhl. Lehn dich zurück und atme ganz genüsslich ein und aus.“ Und so beginnt doch noch eine ganz normale Yogastunde auf dem Stuhl mit Arm- und Fußkreisen, Recken und Strecken, Vorbeugen und Aufrollen, Bein- und Schulterübungen, Verdrehungen der Wirbelsäule und vor allem: bewusstem Atmen. Anja Meier-Zallin turnt spiegelverkehrt vor, gibt Anweisungen und Hinweise, kontrolliert und spornt an: „Ein bisschen dynamischer, Mädels“, ruft sie und: „Vergesst das Atmen nicht!“ Zwischendurch fragt sie die stummgeschalteten Turnerinnen: „Alles okay bei euch?“ Jedes Mal gehen die Daumen hoch. Am Ende der Stunde genießen alle die Entspannungsübungen und Meditation. „Nächste Woche treffen wir uns vielleicht auf unserer schönen Terrasse“, sagt Anja Meier-Zallin. Darauf freuen sich alle, denn gemeinsam macht Yoga doch mehr Spaß. Fachbereichsleitung Anja Hannemann überlegt derweil, wie sie die Kooperationspartner des Service-Wohnens vom Ausbau des WLAN-Netzes in ihren Häusern überzeugen kann.

Text: Constanze Bandowski , Fotos: Karin Desmarowitz

Ein Strich heißt: kein

Die DRK-Kita Schatzkiste am Behrmannplatz gehört zu den 19 Hamburger Kindertagesstätten, die im April das Schnelltest-Pilotprojekt der Hansestadt gestartet haben. Das Ergebnis ist eindeutig: Mit zwei Tests pro Woche sind Eltern, Kinder und Erzieherinnen besser vor einer Ansteckung geschützt. Inzwischen gilt der kostenlose Selbsttest für alle Hamburger Kitas.



Corona!



Endlich darf Tom wieder in die Kita! Schon viel zu lange dauerte der Lockdown für den Fünfjährigen. Dabei hat er sich die letzten vier Wochen jeden Montag- und Donnerstagmorgen ein Wattestäbchen in die vordere Nasenhöhle gesteckt, gewissenhaft damit an der inneren Nasenwand entlanggekratzt, erst rechts, dann links, dann ab damit in die Flüssigkeit des Schnellteströhrchens, schließlich vier Tropfen auf das Testplättchen und auf das Ergebnis warten. Immer kam nur ein Strich, und das bedeutet: Kein Corona!

Trotzdem durfte der kleine Kerl nicht in seine geliebte Papageiengruppe – die DRK-Kita Schatzkiste befand sich wie alle Hamburger Kindertagesstätten nur in der Notbetreuung. Obwohl Toms Mutter Kinderärztin ist und somit in einem der anerkannten Berufe für die Notbetreuung arbeitet, entschieden sich die Eltern, ihre Kinder zu Hause zu lassen. „Uns war das einfach zu unsicher“, sagt Lisa Freytag am Telefon. Umso erfreuter waren die Kinderärztin und der



Rechtsanwalt, als sie erfuhren, dass sich Kitaleiterin Birgit Tepp bei dem Pilotprojekt für Schnelltests an Hamburger Kindertagesstätten bewarb. „Mein Mann und ich haben gejubelt, als das Projekt losging“, sagt die engagierte Fachärztin, die beim Kreisverband Eimsbüttel das Amt der stellvertretenden Verbandsärztin übernommen hat. Ihr Mann Gert Freytag ist dort stellvertretender Vorsitzender. „Wir waren von Anfang an überzeugt, dass die Tests den Kitabetrieb sicherer machen“, sagt der 54-Jährige. Zwar nicht zu hundert Prozent, aber doch als zusätzliche Sicherheitsebene, sofern der größte Teil der Familien mitmacht.

„Bei der Elternbeteiligung liegen wir weit über dem Durchschnitt aller Modell-Kitas“, sagt die Schatzkistenleiterin Birgit Tepp. „Bis auf zwei Familien machen alle mit.“ Und das heißt: 83 Familien testen ihre Kleinen freiwillig zwei Mal pro Woche. Die Antigentests können sie in der Kita abholen, die Kosten übernimmt die Sozialbehörde. Positive Ergebnisse melden die Eltern möglichst umgehend bei der Kitaleitung. Diese informiert die Eltern und pädagogischen Fachkräfte der betroffenen Gruppe und stellt sie gegebenenfalls unter Quarantäne, bis die Ansteckungsgefahr gebannt ist.

„Tatsächlich erhielt ich an einem Montagmorgen vier positive Testergebnisse von Kindern aus zwei Gruppen“, berichtet Birgit Tepp. Alle Betroffenen, darunter auch ein Geschwisterpärchen, mussten sofort einen PCR-Test

machen und zu Hause bleiben. Die Gruppe wurde trotzdem nicht in Quarantäne geschickt. Alle Jungen und Mädchen waren am vorherigen Donnerstag negativ getestet worden und wegen einer Betriebsversammlung blieb die Kita am Freitag geschlossen. Somit hatten die Kinder drei Tage lang keinen Kontakt untereinander und konnten sich nicht gegenseitig anstecken. „Wir hatten einfach mehr Glück als Verstand“, sagt Birgit Tepp mit einem erleichterten Seufzen. „Wären wir nicht im Pilotprojekt, hätten wir die Fälle niemals so frühzeitig entdeckt, denn Kinder bleiben oft symptomfrei.“

Inzwischen sind die Hamburger Inzidenzzahlen so weit gesunken, dass die Kitas in den eingeschränkten Regelbetrieb übergegangen sind. Die meisten Erzieherinnen und Erzieher sind geimpft. Alle Eltern dürfen ihre Kinder 20 Stunden pro Woche in die Kita bringen, die Behörde bewilligt einen freiwilligen, kostenfreien Schnelltest pro Woche und Kind. In der Schatzkiste läuft das Pilotprojekt weiter, um mehr Informationen für die Evaluierung zu sammeln. „Die meisten Eltern stehen voll hinter den Tests“, sagt Birgit Tepp. „Die geben uns allen etwas mehr Sicherheit.“ Deshalb blickt sie auch zuversichtlich in die Zukunft.

Für Tom und seine kleine Schwester Clara spielen die Tests hingegen keine Rolle. Hauptsache, sie können mit ihren Freunden spielen. Damit sie das in Zukunft noch unbefangener können, demonstrieren sie heute

100 Jahre DRK e.V.
„Viel in Einheit“

Glückwünsche: 100 Jahre DRK

Bundeskanzlerin Angela Merkel hat dem Deutschen Roten Kreuz zum 100-jährigen Bestehen gratuliert und sich bei den haupt- und ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern des DRK für ihr Engagement bedankt. „Gut zu wissen, jederzeit auf Ihre Hilfe zählen zu können. Sie fragen nicht nach Herkunft, Religion oder persönlichem Verschulden. Unabhängig und unparteilich, wie Sie sind, sehen Sie sich allein dem Leitbild der Menschlichkeit verpflichtet“, sagte Merkel in einer Videobotschaft, die am Weltrotkreuztag 8. Mai 2021 beim digitalen Festakt zum 100-jährigen Bestehen des DRK e.V. ausgestrahlt wurde. Auch in der schwierigen Zeit der Pandemie sei es „ein Segen, dass das Deutsche Rote Kreuz zur Stelle ist“.

Der bayerische Ministerpräsident Markus Söder lobte in einem Videobeitrag ebenfalls das ehrenamtliche Engagement der DRK-Helferinnen und Helfer. „Einen Beitrag zu leisten, dass die Welt ein bisschen besser wird, das ist Ehrenamt“, sagt der Regierungschef von Bayern, wo sich 1921 in Bamberg die zum Teil bereits seit 1863 bestehenden deutschen Rotkreuz-Landesvereine zum DRK e.V. als Dachverband zusammengeschlossen hatten.

DRK-Präsidentin Gerda Hasselfeldt zeichnete bei dem Festakt stellvertretend drei Ehrenamtliche aus. Dankmedaillen erhielten Marita Lemke aus Bützow (Mecklenburg-Vorpommern), Friedel Weyrauch aus Michelstadt (Hessen) und Marco Busch aus Brake (Niedersachsen, DRK-Landesverband Oldenburg). Ursprünglich sollte der Festakt in Bamberg stattfinden. Wegen der Pandemie wurde er jedoch im DRK-Generalsekretariat in Berlin aufgezeichnet und auf dem YouTube-Kanal des DRK ausgestrahlt.

Im Januar 1921 schlossen sich die bestehenden deutschen Rotkreuzlandesvereine auf einer Sitzung im Alten Rathaus in Bamberg zu einem Dachverband zusammen, der das gesamte Rote Kreuz in Deutschland vertritt. Es ist ein rechtsfähiger Verein mit Sitz in Berlin. Die damals gelegten Strukturen prägen das DRK bis heute. Zum Gründungstag hatte bereits Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier die Arbeit des Deutschen Roten Kreuzes in einem Brief an DRK-Präsidentin Hasselfeldt gewürdigt.

Bundesweit sind derzeit mehr als 430.000 Ehrenamtliche und 183.000 hauptamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für das Deutsche Rote Kreuz tätig.

Mehr über das Jubiläum finden Sie unter drk.de/100jahredrk
DRK-GS



ausnahmsweise in der Kita, wie man sich richtig testet. „Und, Tom?“, fragt Vater Gert Freytag nach 15 Minuten Wartezeit, „wie ist dein Ergebnis?“ „Ein Strich“, ruft der aufgeweckte Blondschoopf. „Und was heißt das?“ Tom atmet tief ein, stellt sich aufrecht hin wie ein Zinnsoldat und brüllt: „Kein Corona!“ Dann flitzt er in seine Papageiengruppe zum Frühstück. Clara trudelt mit dem Papa Richtung Seesternchen-gruppe, wo ihr Freund Louis schon sehnsüchtig auf sie wartet.

Text: Constanze Bandowski

Fotos: Karin Desmarowitz

Mein Steckenpferd: Pole Dance & Fitness

Marion Stolz hat ihre große Leidenschaft 2017 per Zufall entdeckt. Nach jahrelangen Rückenproblemen und zwei Bandscheibenoperationen kam die Stellvertretende Pflegedienstleitung der DRK-Sozialstation Lohbrügge über den Betriebssport zum Pole Dance & Fitness – und war sofort begeistert. Bester Nebeneffekt des eleganten Ganzkörpertrainings an der Stange: Die 56-Jährige hat keine Schmerzen mehr. Seit ihrer zweifachen Corona-Impfung Anfang des Jahres fühlt sie sich nun noch sicherer in ihrem Körper.

„Ich hätte nie gedacht, dass ich jemals wieder schmerzfrei sein würde“, sagt Marion Stolz. Dann reibt sich die zierliche Frau mit den langen dunklen Haaren, kurzer Hose und weißem DRK-Shirt die Hände, packt die verchromte Turnstange oberhalb ihres Kopfes, schwingt sich mit beiden Beinen in die Höhe und schlingt diese kopfüber um den sogenannten Pole. Mit der rechten Hand packt sie die Stange knapp über dem Boden, löst das rechte Bein und streckt es waagrecht im Luftspagat nach hinten. Es folgt eine rasante Drehung, Beine und Oberkörper wirbeln um die Stange, bis die Turnerin mit dem Rücken nach unten waagrecht in der Luft hängt und lächelt. Kaum zu glauben, dass die 56-jährige Altenpflegerin noch vor drei Jahren mit chronischen Rückenschmerzen zu kämpfen hatte. „Ich hatte immer Rückenprobleme, bis ich Mona kennenlernte“, sagt Marion Stolz nach einer sanften Landung. Mona-Maria Jansen ist Yoga-Lehrerin und Pole Dance-Trainerin. 2016 leitete sie einen Yogakurs für die Mitarbeitenden der DRK-Sozialstation. „Das tat mir schon gut“, sagt Marion Stolz, aber als ihre Trainerin ein Jahr später von dem akrobatischen Ganzkörpertraining an der Stange berichtete, wollte sie mehr. „Ich bin ein neugieriger Mensch, der offen für Neues ist und gerne alles



ausprobiert“, sagt Marion Stolz. Trotz des anrühigen Images aus Striptease-Bars und Rotlicht-Kneipen belegte sie eine Schnupperstunde in der neuen Trendsportart und war sofort begeistert. „Ich wusste gar nicht, dass ich so viel Kraft und Körperspannung habe“, sagt Marion Stolz. „Pole Dance & Fitness bringt einfach Spaß und bedeutet für mich pure Lebensfreude.“

Die Stellvertretende Pflegedienstleiterin der DRK-Sozialstation Lohbrügge arbeitet seit 1994 beim Hamburger Roten Kreuz, zunächst vier Jahre als examinierte Altenpflegerin in der Ambulanten Pflege. Mit 34 Jahren erlitt sie 1999 ihren ersten Bandscheibenvorfall. Nach der Operation bildete sie sich zur Pflegedienstleitung fort und übernahm die stellvertretende Leitung. Trotz veränderter Aufgaben musste Marion Stolz 2005 erneut operiert werden. Sechzehn Jahre

später ist sie endlich schmerzfrei. „Durch das Training weiß ich: Auf meine Kraft kann ich mich verlassen“, sagt Marion Stolz nach ein paar weiteren erstaunlichen Moves. Mindestens drei Mal pro Woche trainiert sie an der Stange, wegen Corona meist per Videostream am eigenen Pole in der Wohnung. Normalerweise leitet sie zwei Anfängerkurse, die derzeit ausfallen. Die Ausbildung zur Pole-Instruktorin hat sie 2019 absolviert.

Auch in der Firma liegt der DRK-Führungskraft die Gesundheit der Mitarbeitenden und Kunden am Herzen. „Obwohl ich eigentlich kein Mensch bin, der sich gerne impfen lässt, wollte ich als gutes Beispiel vorangehen und mögliche Ängste vor Impfreaktionen nehmen“, sagt die verantwortungsbewusste Teamleiterin. Am 29. Januar 2021 erhielt Marion Stolz ihre erste Spritze Biontech. „Ich hatte keine Symptome, trainierte direkt an meinem Pole und postete das in unserer WhatsApp-Gruppe im Team“, sagt die Stellvertretende Pflegedienstleitung mit einem zufriedenen Lächeln. Bei ihrer zweiten Dosis hatte sie leichte Temperatur und Kopfschmerzen. Trotzdem folgten alle Mitarbeitenden ihrem Beispiel und fühlen sich nun sicherer in ihrem Job und privaten Umfeld.

Text: Constanze Bandowski

Fotos: Karin Desmarowitz



Rotkreuz-Hilfen in der Coronakrise: DRK-Shuttle beförderte 9.000 Menschen zu ihren Impfterminen

Das Rote Kreuz brachte die Seniorinnen und Senioren zu ihren Impfterminen in die Messehallen. Auch sonst weitete das Rote Kreuz in Hamburg seine Hilfen in der Coronakrise aus.

Rotkreuz-Kräfte betreiben nach wie vor Teststationen, führen Schulungen durch, sorgen mit mobilen Impfteams für Sicherheit und helfen mit sozialen Projekten.

Seit dem Start des DRK-Shuttleservice zum Hamburger Impfzentrum Ende Januar beförderte das Deutsche Rote Kreuz in drei Monaten rund 9.000 Menschen, die über 80 Jahre alt und in ihrer Mobilität eingeschränkt sind, zu ihren Impfterminen in die Messehallen. Die Fahrerinnen und Fahrer der DRK mediservice holten die Seniorinnen und Senioren von zuhause in Hamburg ab und begleiteten sie nach ihren Impfterminen dorthin wieder zurück. Zudem informierten und berieten die Rotkreuz-Helferinnen und Helfer in der Clearingstelle der DRK mediservice fast 27.000 Hilfesuchende am Telefon. Mittlerweile konnten die meisten Angehörigen dieser Altersgruppe, die den Shuttle aufgrund ihrer gesundheitlichen Einschränkungen in Anspruch nehmen durften, geimpft werden. Der Shuttleservice wurde deshalb Ende April beendet. Darüber hinaus hat das Deutsche Rote Kreuz in der Hansestadt wegen der Pandemie mit zahlreichen weiteren Einsätzen und Projekten geholfen. Seit dem ersten Lockdown vor rund einem Jahr leisteten die Kräfte des Roten Kreuzes zusammen in der Coronakrise mehr als 40.000 Einsatzstunden. Neben der Hilfen

beispielsweise durch mobile Impfteams kümmerte sich das Rote Kreuz in der Pandemiebekämpfung auch intensiv um die Corona-Testungen in Hamburg. So führten Rotkreuz-Sanitäterinnen und Sanitäter am Flughafen im zurückliegenden Sommer Coronatests bei fast 62.000

Reiserückkehrern durch. Zudem errichtete das DRK weitere Teststationen in mehreren Hamburger Bezirken und schulte Angehörige der Bundeswehr sowie Freiwillige für die Übernahme von Corona-Testungen in Seniorenheimen. Soziale Hilfen wurden erweitert: Rotkreuz-Helferinnen und Helfer kümmerten sich unter anderem mit Einkaufshilfen um Menschen, die wegen Corona ihr Zuhause nicht verlassen konnten. Auch für obdachlose Menschen ist das DRK in Hamburg verstärkt im Einsatz. In der Coronakrise verteilen Ehrenamtliche an zusätzlichen Tagen jede Woche Getränke und Essen. Gleich zu Beginn der Pandemie öffnete das Rote Kreuz eine Notunterkunft mit 50 Übernachtungsplätzen für obdachlose Frauen in der Horner Landstraße. Auch



in den anderen Bereichen des DRK – wie zum Beispiel in der Kinder- und Jugendhilfe, in der Pflege und Seniorenbetreuung, im Katastrophenschutz, Krankentransport und Rettungsdienst, der Schuldnerberatung, den Kleiderkammern sowie in der Flüchtlingshilfe – setzen sich die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Roten Kreuzes täglich ein, um in der Pandemie zu helfen.

Rainer Barthel

Personalwechsel

Das DRK-Generalsekretariat in Berlin erhält Verstärkung aus dem DRK Landesverband Hamburg: René Burfeindt, stellvertretender Geschäftsführer der DRK Hamburg mediservice, tritt zum 2.8.2021 die Stelle als Leiter des Bereichs „Nationale Hilfsgesellschaft“ an. In der neuen Position verantwortet René Burfeindt die strategische Ausrichtung des Bereichs „Nationale Hilfsgesellschaft“, begleitet politische Gesetzesinitiativen und vertritt das DRK als nationale Hilfsgesellschaft innerhalb und außerhalb des DRK-Gesamtverbandes.

Auch Amelie Schwichtenberg, bislang im DRK Landesverband Hamburg Bildungsreferentin für das Jugendrotkreuz, wechselte vor wenigen Wochen wegen neuer beruflicher Herausforderungen. Sie hat die Abteilungsleitung Soziale Dienste im DRK Kreisverband Hamburg-Nordost e.V. übernommen. *RB*

DRK fordert Sofortprogramm für Bevölkerungsschutz

Das Deutsche Rote Kreuz (DRK) hält deutliche Verbesserungen im Bevölkerungsschutz für erforderlich. „Der gesundheitliche Bevölkerungsschutz muss eine größere Rolle spielen. Wir müssen für künftige Krisen, nicht nur für Pandemien, besser gewappnet sein. Notwendig ist deshalb ein Sofortprogramm des Bundes, um die Menschen in Krisensituationen besser schützen zu können“, sagt DRK-Präsidentin Gerda Hasselfeldt, die auch auf die große Bedeutung des ehrenamtlichen Engagements während der Corona-Pandemie hinweist. Nach Einschätzung von DRK-Generalsekretär Christian Reuter reichen die derzeit im Haushalt des Bundesinnenministeriums vorgesehenen 700 Millionen Euro nicht aus, um auf nationaler Ebene einen nachhaltigen und umfassenden Bevölkerungsschutz sicherzustellen. Notwendig seien dafür mindestens zwei

Milliarden Euro jährlich oder umgerechnet 0,5 Prozent des Bundeshaushaltes (derzeit: 0,14 Prozent). Das DRK spricht sich im Rahmen des Sofortprogramms unter anderem für einen Ausbau der Freiwilligendienste im Bevölkerungsschutz aus. „Wir sehen hier allein beim DRK einen Bedarf von zusätzlich 5.000 Plätzen in den Freiwilligendiensten“, sagt Hasselfeldt. Das DRK und andere anerkannte Hilfsorganisationen könnten zudem erweiterte Erste-Hilfe-Kurse, die Selbsthilfe in Krisenfällen zum Schwerpunkt haben, und eine Basisausbildung für ehrenamtliche Pflegeunterstützungskräfte anbieten. Ziel sei es, ein Prozent der Bevölkerung in fünf Jahren entsprechend zu schulen. Der Aufbau einer nationalen Betreuungsreserve mit bundesweit zehn Logistikzentren müsse rasch vorangebracht werden. Notwendig sei außerdem in allen Bundesländern eine Helfergleichstellung der Ehrenamtlichen von DRK und anderen anerkannten Hilfsorganisationen mit Feuerwehr und THW bei der Freistellung vom Arbeitsplatz. DRK-Generalsekretär Reuter schlägt außerdem eine verbindliche bundesweite Verankerung von Erste-Hilfe-Inhalten in den Lehrplänen von Grund- und weiterführenden Schulen vor.

DRK eröffnet Testzentrum in der Hamburger Speicherstadt

Im Mai eröffnete das DRK ein Corona-Testzentrum in der Speicherstadt. An sieben Tagen in der Woche zwischen 8 und 18 Uhr führt geschultes DRK-Personal in Sichtweite vom Miniatur Wunderland kostenlose Covid-19-Schnelltests durch – bei vorheriger Anmeldung ohne lange Wartezeit.

Seit Beginn der Pandemie unterstützt das Deutsche Rote Kreuz die Hamburger Behörden aktiv dabei, das Virus

einzudämmen. Dazu gehören auch Testzentren in verschiedenen Hamburger Stadtteilen, in denen sich alle Einwohnerinnen und Einwohner sowie Besucher der Hansestadt kostenlos mit einem schnellen Nasenabstrich testen lassen können. Wenn nach einer Viertelstunde ein negatives Ergebnis vorliegt, erhalten die Getesteten eine Bestätigung in Papierform oder per Mail auf ihr Handy.

Das neue Testangebot am Kehrwieder 2 erfolgt in Kooperation des DRK Kreisverbandes Hamburg Altona und Mitte mit dem DRK-Ambulanzdienst Hamburg.

Online-Anmeldung für die Corona-Testung über www.wir-testen-hamburg.de. Auf der Website gibt es auch weitere Informationen über den Ablauf. Der Standort am Miniatur Wunderland ist in der Speicherstadt, Kehrwieder 2. *JF*

Das ehrenamtliche Engagement in Deutschland ist nach Einschätzung Hasselfeldts auch während der Corona-Pandemie außerordentlich groß. Das zeige eine repräsentative Civey-Umfrage im Auftrag des DRK. Danach sind immerhin 35,6 Prozent der erwachsenen Bevölkerung auch während der Corona-Krise ehrenamtlich tätig, 77,4 Prozent davon mindestens mehrmals im Monat. 69,2 Prozent der Ehrenamtlichen sprechen allerdings von starken bis sehr starken Einschränkungen während der Pandemie.

DRK-GS



DRK Landesverband Hamburg e. V.

Behrmanplatz 3
22529 Hamburg
Tel. 040 55420-0
Fax 040 581121
info@lv-hamburg.drk.de
www.drk-hamburg.de

Redaktion verbunden

Pressestelle DRK Landesverband
Behrmanplatz 3
22529 Hamburg
Tel. 040 55420-150
redaktionverbunden@lv-hamburg.drk.de

I m p r e s s u m

Herausgeber: DRK Landesverband Hamburg e. V.

V.i.S.d.P.: Dr. Georg Kamp

Redaktion: Rainer Barthel

Gestaltung: Dirk Hendess

Fotos: Karin Desmarowitz, Michael Handelsmann/DRK

(S. 11, rechts oben), Wolfgang Huppertz, Pressestelle

DRK Hamburg, Stephan Wallocha, Michael Zapf

Druck: CaHo Druckereibetriebsgesellschaft mbH, Hamburg

Gedruckt auf Recyclingpapier aus 100 % Altpapier