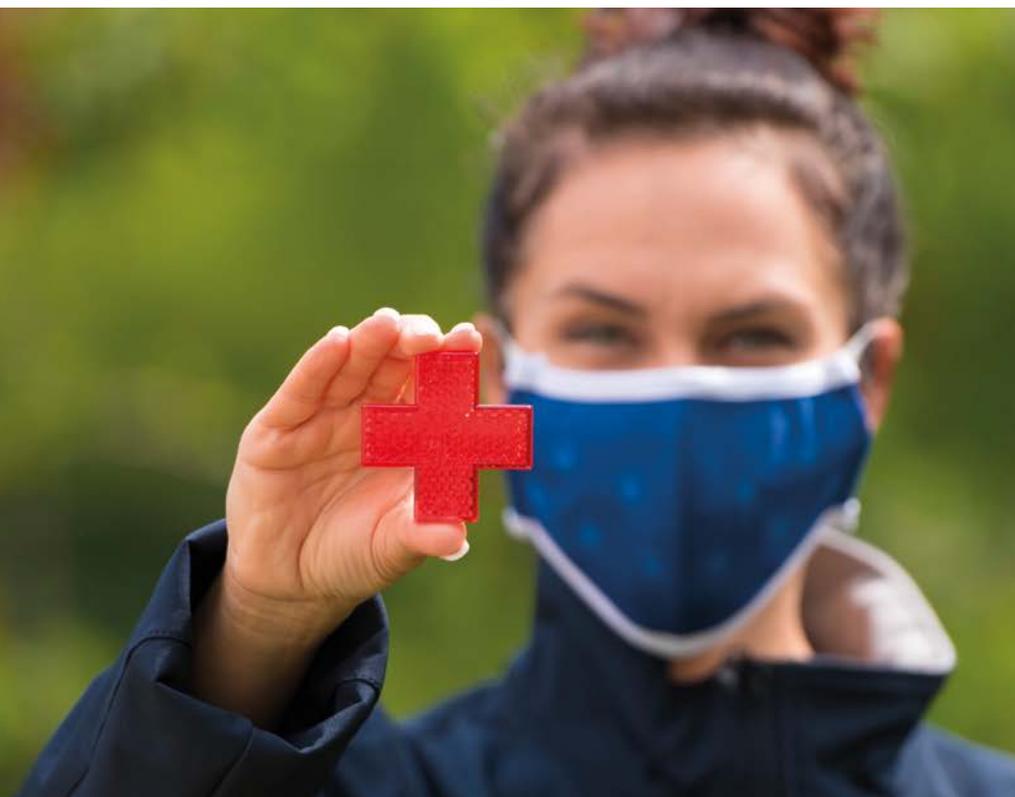




# rotkreuz

## Nachrichten

Ihr Mitgliederbrief September 2020



### UNSERE THEMEN

- Gemeinsam durch die Krise
- Mit Kreativität und Solidarität – Selbstgenähte Masken
- DRK Schulsanitätsdienst im virtuellen Klassenzimmer
- Sicher helfen trotz Corona

### Liebe Leserinnen, liebe Leser,

ganz egal, wie viele Fragen die Corona-Pandemie noch bereithalten mag, eines ist bereits ganz sicher: Der Zusammenhalt der Rotkreuzlerinnen und Rotkreuzler und ihr Engagement für die Hilfsbedürftigen in der gesamten Republik sind beeindruckend. Deshalb widmen wir diese Ausgabe der rotkreuz-Nachrichten all den zu meist ehrenamtlich Tätigen im DRK, die seit vielen Wochen unermüdlich im Einsatz sind. Auf den nächsten zwei Seiten bekommen Sie einen Eindruck, wie vielfältig das Engagement ist und mit wie viel Kreativität unsere Teams diese Aufgabe meistern. Eine der vielen Corona-Fragen betrifft übrigens unsere Ersthelfenden. Wie sie während der Pandemie arbeiten können, ohne sich selbst zu gefährden, beschreiben wir auf Seite 4. Dazu passt eine wirklich gute Nachricht: Das DRK hat seine Erste-Hilfe-Ausbildung wieder aufgenommen – Teilnehmende sind herzlich willkommen.

Was der Herbst dieses Jahres uns bringen wird, kann noch niemand sagen. Doch es ist sehr beruhigend zu wissen, dass wir #füreinander da sind. Ich wünsche Ihnen von Herzen alles Gute. Bleiben Sie zuversichtlich.



Herzliche Grüße Ihr

Martin Maser  
Kreisgeschäftsführer

# Gemeinsam durch die Krise

Seit Monaten sind DRK-Teams in vielen Lebenslagen unermüdlich im Einsatz. Mittlerweile mehr als 443.300 Ehrenamtliche und viele Zehntausend Fördermitglieder machen es möglich – mit scheinbar unerschöpflicher Energie und Kreativität.

Im Corona-Modus ist die DRK-Gemeinschaft in Höchstform. Um Krankenhäuser zu entlasten, werden bundesweit beispielsweise mobile Arztpraxen und Fiebermessstationen des Roten Kreuzes eingesetzt und betreut. Viele Ehrenamtliche haben auch in Testzentren geholfen, wie das Team des Kreisverbandes Augsburg-Stadt, das die Kommune auf dem Messegelände teilweise mit acht Helfenden unterstützte. Zudem steht die Fürsorge für Ältere, Risikogruppen und Bedürftige oder Menschen in Quarantäne im Fokus – vor allem durch unkomplizierte Nachbarschaftshilfe.

Überall organisierten DRK-Teams kostenlose Hilfe beim Einkaufen – samt Lieferservice an die Haus- oder Wohnungstür. Viele Ehrenamtliche und Mitglieder des Jugendrotkreuzes holten Rezepte beim Hausarzt ab, besorgten Medikamente in der Apotheke oder führten Hunde aus. Sie übernahmen den Gang zur Reinigung oder zur Post, auch Hilfe im Haushalt wurde vermittelt – ausführliche Gespräche inklusive. Der Kreisverband Südwest-Pfalz zum Beispiel organisierte Unterstützung bei Problemen mit der pflegerischen Versorgung – etwa wenn sich Angehörige aufgrund einer Erkrankung nicht kümmern konnten. Zahlreiche Kreisverbände haben Telefonnummern für alle veröffentlicht, die Unterstützung brauchen. DRK-Mitarbeitende bringen Hilfesuchende und Hilfsbereite zusammen und koordinieren den Ablauf. Zudem sind viele Verbände Anlaufstelle für Freiwillige, die sich engagieren möchten. Darüber hinaus hilft das Telefon überall –



Foto: Frank Nümberger/DRK e.V.

Beschaffung und Verteilung von FFP2-Schutzmasken während der Corona-Pandemie

trotz Kontaktbeschränkungen – in Verbindung zu bleiben. Zu festen Zeiten sind Mitglieder der DRK-Teams erreichbar, um Fragen zu beantworten – oder einfach nur um zuzuhören.

Wie vielfältig die Aktivitäten sind, zeigt auch der Landesverband Sachsen. In Dresden wurden 30-minütige Online-Schulungen zu Hygiene und Desinfektion sowie Pflege-Grundwissen entwickelt, die mittlerweile mehr als 20.000 Teilnehmende bundesweit hatten. In der DRK-Rettungsschule Niedersachsen sind Erklärvideos entstanden, beispielsweise zum An- und Ablegen von Infektionsschutzkleidung. Darüber hinaus halfen viele Kreisverbände, wie zum Beispiel in Mönchengladbach und Viersen, bei der Verteilung dringend benötigter Atem-

schutzmasken an Krankenhäuser, und zahlreiche Mitglieder spendeten selbstgenähte Mund-Nase-Masken für Helfende und Pflegekräfte. Der Kreisverband Rhein-Hunsrück etwa freute sich über viele Hundert Masken. Dort hatte man noch eine andere ungewöhnliche Idee: Um den Kontakt zu den Schulsanitäterinnen und -sanitätern auch in Corona-Zeiten zu halten, wurde kurzerhand ein virtuelles Klassenzimmer entwickelt – gut möglich, dass diese Lösung auch nach der Pandemie Bestand haben wird.

**Wenn Sie selbst helfen möchten oder Fragen haben, wenden Sie sich an uns. Wir freuen uns auch über Anregungen und sind jederzeit für Sie da.**

## Chronologie – Wie alles begann

**Dezember 2019** Erster Nachweis im chinesischen Wuhan zur neuartigen Atemwegserkrankung Covid-19. Auslöser ist das bis dahin unbekanntes Coronavirus SARS-CoV-2.

**27. Januar 2020** Erste erfasste Infektion in Deutschland bestätigt. Betroffen ist ein Mitarbeiter des Automobilzulieferers Webasto in Bayern.

**1. Februar** Bundeswehr holt deutsche Staatsangehörige aus Wuhan zurück. Sie kommen in eine Kaserne in Germersheim in Quarantäne.

**25. Februar** Der Landkreis Heinsberg in Nordrhein-Westfalen wird ein Schwerpunkt der Pandemie in Deutschland.

**Anfang März** Berichte von Hamsterkäufen häufen sich.

**11. März** Weltgesundheitsorganisation (WHO) erklärt den Ausbruch zu einer Pandemie.

**13. März** Besuche in Pflegeheimen werden eingeschränkt.

**ab 16. März** In den Bundesländern schließen Kitas und Schulen, bis auf wenige Ausnahmen auch Geschäfte, Sporteinrichtungen, Kneipen und Kinos. Gottesdienste fallen aus. Viele gehen ins Homeoffice.

**22. März** umfangreiche Ausgangs- und Kontaktbeschränkungen deutschlandweit

**6. April** Im thüringischen Jena muss Mund-Nase-Schutz getragen werden.

**20. April** Landesweite Maskenpflicht in Sachsen; bis zum 27. April verfügen das auch die anderen Bundesländer. Erste Länder dürfen wieder öffnen. Unterschiedliche Regelungen in den Bundesländern.

**ab 30. April** Die Corona-Maßnahmen werden Stück für Stück gelockert.

**6. Mai** Bewohnende in Pflegeheimen dürfen wieder von „einer festen Kontaktperson“ besucht werden.

**ab 11. Mai** Schulen und Kitas öffnen nach und nach wieder

**17. Juni** Corona-Ausbruch beim Fleischverarbeiter Tönnies im Kreis Gütersloh

Stefan Witzenrath (re.) bei der Übergabe der selbstgenähten Masken für den DRK-Kreisverband Rhein-Hunsrück an Martin Maser.



Foto: DRK-Kreisverband Rhein-Hunsrück e. V.

## Mit Kreativität und Solidarität – Selbstgenähte Masken

**Die Corona-Pandemie stellt auch den DRK-Kreisverband Rhein-Hunsrück vor Herausforderungen, gerade logistischer Art. Etwa bei der Beschaffung von Masken, Infektionsschutzmaterial oder Desinfektionsmitteln. Die Nachfrage ist hoch, die Preise entsprechend stattlich. In diesen Zeiten haben aber auch Solidarität und Kreativität Hochkonjunktur, wie die vielen selbstgenähten Mund-Nasen-Masken zeigen, die den DRK-Kreisverband in diesen Tagen erreichen.**

Etwa die von Familie Witzenrath aus Nannhausen, die mit Schere, Stoff, Nähmaschine und Bügeleisen für die gute Sache, will heißen die Herstellung sogenannter Alltagsmasken, im Einsatz ist. Auch Freunde der Familie packen an. Die Idee kam von der Tochter, die entsprechende Aufrufe in den sozialen Medien verfolgte. Da Vater Stefan Witzenrath Schatzmeister des DRK-Kreisverbands Rhein-Hunsrück ist, lag es natürlich nahe, Mund-Nasen-Masken fürs Rote Kreuz in Eigenregie zu fertigen. Die Tücke liegt im Detail, im Vorfeld war einiges an Recherchearbeit notwendig, damit auch wirklich hochwertige und für die Mitarbeiter des DRK im Berufsalltag taugliche Masken dabei herauskommen. Um die Hygienestandards zu erfüllen, waren insbesondere die Absprachen mit dem Desinfektoren-Team des DRK-Kreisverbands wichtig. So konnten Stoffe und Materialien passgenau ausgewählt werden. Aktuell treffen auf diesem Weg jede Woche etwa 70 neu genähte Masken ein. Wei-

tere folgen wöchentlich. „Die Ergebnisse sind unglaublich gelungen“, meint denn auch Kreisgeschäftsführer Martin Maser, der Familie Witzenrath und ihren Mitstreitern herzlich dankt.

„Das Corona-Virus hat unser aller Leben auf den Kopf gestellt. Die Krise bringt uns an Grenzen - aber sie zeigt uns auch Wege, wie wir Grenzen überwinden können“, ist Wilma Prell, Leiterin der DRK-Sozialstation in Simmern, überzeugt. Besondere Situationen benötigen besondere Menschen: Im Namen des Teams der DRK-Sozialstation bedankt sich Wilma Prell bei Hanna Juber (sie leistet Bundesfreiwilligendienst in der ambulanten Pflege der Sozialstation) und ihrer Mutter Monika Juber für rund 300 schöne selbstgenähte und gespendete Mund-Nasen-Masken. Ein Dankeschön gilt auch Waltraud Gehlweiler-Schulze (Mitarbeiterin des DRK-Fahrdienstes) für gespendete Mund-Nasen-Masken, Helena Gräff (Präsenzkraft des Betreuten Wohnens) für Stoff- und Zubehörspenden sowie David Hess vom DRK-Fahrdienst, über den die DHL Paket GmbH mit Sitz in Saulheim OP-Masken gespendet hat.

Ferner dankt die Leiterin der DRK-Sozialstation Christel Prinz aus Kisselbach für Stoffspenden, Rosemarie Kunz aus Kümbdchen, Elke Holler aus Biebern, Jennifer Dern, Brigitte Berz (Rheinböllen) und Laura Stiehl (Argenthal) für selbstgenähte Mund-Nasen-Masken und Stoffspenden. „Bleiben Sie gesund“, lautet Wilma Prells Wunsch in diesen besonderen Zeiten.

Der DRK-Kreisverband dankt allen Mitstreitern für ihr Engagement.

## DRK Schulsanitätsdienst im virtuellen Klassenzimmer

Die Corona-Pandemie führt in vielen Bereichen zu Einschränkungen und auch zu Distanz. Ein Beispiel dafür, wie diese Distanz mit viel Kreativität positiv genutzt werden kann, ist der Schulsanitätsdienst des DRK-Kreisverbands Rhein-Hunsrück. Die Schulsanitätsdienst-Leiterinnen Tatjana Jenke und Manuela Föhr haben sich die Möglichkeiten der modernen Medien zunutze gemacht, übernehmen sozusagen eine Vorreiterrolle für den Schulsanitätsdienst 4.0 in Rheinland-Pfalz. Die Arbeitsgemeinschaften, in de-

nen sie die Schüler aus- und fortbildeten, haben mit den Einschränkungen durch die Pandemie eine Unterbrechung erfahren. Die Lösung: virtuelle Klassenzimmer für die beteiligten Schulen.

Nach den Osterferien ist der digitale Unterricht für die Schulsanitäter angelaufen. Die Resonanz ist sehr positiv. „Zunächst ging es darum, den Schulsanitätsdienst nicht ruhen zu lassen“, sagt Tatjana Jenke. Inzwischen habe man erkannt, dass das virtuelle Klassenzimmer viele Vorteile mit sich bringe. Die jungen Leute kön-

nen den Stoff online abrufen und bearbeiten, wann immer sie möchten und Zeit haben. Zudem könne man Wissen vertiefen, weit über den Zeitrahmen einer Schulstunde hinaus. Momentan sei zwar kein Präsenzunterricht möglich. Später wolle man auf das virtuelle Klassenzimmer auf jeden Fall als Ergänzung zurückgreifen. DRK-Kreisgeschäftsführer Martin Maser ist begeistert von diesem neuen pädagogischen Konzept und denkt bereits an weitere Bausteine, die künftig im Schulsanitätsdienst möglich sind.

# Sicher helfen trotz Corona

**Eine wichtige Grundregel in Corona-Zeiten lautet: Wenn es die Situation zulässt, Abstand halten, um Infektionen zu vermeiden. Doch was bedeutet das für Notfälle, in denen Erste Hilfe geleistet werden muss? Das DRK hat Empfehlungen herausgegeben, wie Sie besonnen und möglichst ohne eigenes Risiko anderen Menschen in Not helfen können.**

Nichthelfen ist auch in Corona-Zeiten keine Option. „Die gesetzliche Pflicht zur Ersten Hilfe besteht auch trotz des Risikos einer Ansteckung, jedoch gibt es in der aktuellen Situation einige Besonderheiten“, erklärt DRK-Bundesarzt Dr. Peter Sefrin. So steht an erster Stelle immer die eigene Sicherheit. Benötigt ein Mensch Erste Hilfe, sollten Sie deshalb selber abschätzen, ob der Mindestabstand gewahrt werden kann. Nicht immer ist ein intensiver Körperkontakt notwendig. Eine wichtige Erste Hilfe ist es auch, den Notruf 112 anzurufen und mit dem Betroffenen zu reden. Wenn Sie bei ihm bleiben, ihn beruhigen und darüber informieren, dass Hilfe unterwegs ist, haben Sie auch Erste Hilfe geleistet.

Gibt es jedoch akute Situationen oder Verletzungen, die einen näheren Kontakt nötig machen, rät das DRK nun dazu, einen Mund-Nasenschutz sowie Einmalhandschuhe zu tragen. Auch bei der betroffenen Person sollte der Mund- und Nasenbereich während der Erste-Hilfe-Leistung bedeckt werden. Da die meis-

ten Menschen in diesen Zeiten einen Mund-Nasenschutz bei sich tragen, können Sie ihr Gegenüber erinnern, diesen anzulegen, wenn er keine Probleme mit der Atmung hat.

Eine wichtige Änderung der Empfehlungen betrifft auch den Herz-Kreislaufstillstand. „Bei einem Herz-Kreislaufstillstand sollte in der aktuellen Situation auf die Mund-zu-Mund-Beatmung verzichtet und nur die Herzdruckmassage durchgeführt werden (100-120 Mal pro Minute) – und zwar solange, bis der Rettungsdienst übernimmt“, so Sefrin. Der Verzicht auf die Atemspende zur eigenen Sicherheit kann bei erhöhtem Infektionsrisiko niemandem zum Vorwurf gemacht werden. Auch bei der Herzdruckmassage rät das DRK, den Mund- und Nasenbereich der betroffenen Person bedeckt zu halten. Da bei einem Herz-Kreislaufstillstand jedoch jede Sekunde zählt, sollte die Suche nach einem Mundschutz oder Tuch den Hilfseinsatz nicht verzögern.

Denken Sie auch daran, den eintreffenden Einsatzkräften Ihre eigenen Kontaktdaten zu geben. So sind Sie erreichbar, falls bei der betroffenen Person später eine Erkrankung an COVID-19 festgestellt wird.

**Wollen Sie Ihr Wissen in Erster Hilfe auffrischen? Aktuelle Termine für Erste-Hilfe-Kurse im DRK finden Sie online unter [www.drk.de/hilfe-in-deutschland/kurse-im-ueberblick/rotkreuzkurs-erste-hilfe/](http://www.drk.de/hilfe-in-deutschland/kurse-im-ueberblick/rotkreuzkurs-erste-hilfe/)**

Bei der Ersten Hilfe ist es wichtig auf Eigenschutz zu achten.



Foto: BRK KV Augsburg-Land

## Linsen-Suppe für mehr Abwehrkraft



Foto: Andre Zeick/ DRK Service GmbH

**Linsen sind reich an Zink. Das brauchen unsere Zellen, um sich teilen zu können und anfällige Exemplare schneller auszutauschen.**

Für zwei Personen benötigen Sie: Eine klein geschnittene Zwiebel, 200 g gewürfelte Möhren, 75 g rote Linsen, 400 ml Brühe, 400 ml Tomatensaft, etwas Öl, Currypulver und Salz.

Dünsten Sie die Zwiebel im Öl an. Geben Sie die Möhren, Linsen und ein bis zwei Esslöffel Currypulver hinzu. Lassen Sie alles zwei bis drei Minuten mitdünsten. Zusammen mit der Brühe und dem Tomatensaft darf die Suppe nun bei mittlerer Hitze etwa 20 Minuten köcheln. Danach noch pürieren, nach Geschmack salzen und für das besondere Extra mit gerösteten Cashewkernen und Koriandergrün bestreuen.

## Impressum

**DRK-KV Rhein-Hunsrück e. V.**

**V.i.S.d.P.:**  
Kreisgeschäftsführer Martin Maser

**Herausgeber:**  
DRK-KV Rhein-Hunsrück e. V.  
Holzbacher Str. 1  
55469 Simmern  
Tel.: 06761 9595-0  
[www.rhk.drk.de](http://www.rhk.drk.de)  
[info@rhk.drk.de](mailto:info@rhk.drk.de)

**Auflage:** 1.358