



rotkreuz

Nachrichten

Ihr Mitgliederbrief März 2020

Deutsches Rotes Kreuz Service GmbH • 13189 Berlin
##9999999999##

Firma

Titel Vorname Nachname

Straße inkl. Hausnummer

PLZ Ort



UNSERE THEMEN

- Pflegeprofis gesucht
- Machtgeschichten
- Gewalt gegen Helfer ist kein Ausnahmefall
- Pollenalarm im Frühling
- Rezept: Grüner Detox-Smoothie

Liebe Rotkreuz-Mitglieder,

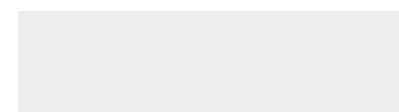
langsam werden die Bäume wieder grüner, die ersten Maiglöckchen und Krokusse kämpfen sich ans Tageslicht. Während der Winter sich aus dem Staub macht, heißt es allerdings für viele Menschen: Pollenalarm! Lästige Allergien machen sich nun wieder bemerkbar und können bei einigen Menschen sogar zu einem allergischen Schock führen. Was dann zu tun ist, erfahren Sie in dieser Ausgabe der rotkreuzNachrichten.

Außerdem schauen wir auf einige Neuerungen in der Pflegebranche. Experten schätzen, dass bis zum Jahr 2030 in Deutschland über 100.000 Pflegekräfte fehlen werden. Auch wir suchen immer wieder neue Fachkräfte in diesem Bereich. Nun verbessert eine Reform die Rahmenbedingungen in der Pflegeausbildung. Das bedeutet auch, dass die Anerkennung und Wertschätzung für

unsere Pflegekräfte, die eine echte Stütze unserer Gesellschaft sind, endlich erhöht wird!

Ich wünsche Ihnen eine schöne Frühlingszeit und viel Spaß beim Lesen!

Herzliche Grüße



Max Mustermann



Foto: Jörg F. Müller / DRK-Service GmbH

Wo Menschlichkeit groß geschrieben wird: Das DRK bietet viele Berufsmöglichkeiten im Pflegebereich

Pflegeprofis gesucht

Seit Jahresbeginn ist der Weg in den Pflegeberuf neu geregelt. Die Ausbildung zur Pflegefachkraft wurde grundlegend modernisiert, bietet mehr Einsatzmöglichkeiten und wertet das Berufsfeld Pflege insgesamt auf. Absolventen haben beste Perspektiven – auch beim DRK.

Wer sich heute entscheidet, in der Pflege zu arbeiten, ist begehrte. Egal ob in Krankenhäusern, Pflegeheimen oder ambulanten Diensten – überall werden Pflegekräfte gesucht. Auch das Rote Kreuz ist dringend auf neue Beschäftigte in dem Bereich angewiesen, denn es bietet bundesweit Pflegeleistungen für Menschen aller Generationen an.

„Die neuen Pflegeausbildungen, die zum Jahresbeginn eingeführt wurden, haben den Beruf noch attraktiver gemacht“, sagt Benjamin Fehrecke-Harpke, Referent Koordination Altenhilfe im DRK-Generalsekretariat in Berlin. Auch deshalb unterstützt das DRK die Ausbildungsoffensive Pflege von Bundesfamilienministerin Franziska Giffey: Unter dem Motto „Mach Karriere als Mensch“ wird bundesweit für die Pflege geworben, die nicht nur Giffey zufolge „Berufe mit Perspektive“ bietet. Durch die Pflegeberufsreform wurden die drei bisher getrennten Ausbildungen in der Alten-, Kranken- und Kinderkrankenpflege zusammengeführt, und gleichzeitig wurden die

Inhalte modernisiert. Die neue sogenannte generalistische Berufsausbildung endet jetzt nach drei Jahren mit dem Abschluss „Pflegefachfrau/Pflegefachmann“ und ermöglicht gleichwohl eine Spezialisierung auf eine bestimmte Altersgruppe im dritten Ausbildungsjahr. Die Absolventen können Menschen aller Altersstufen und in allen Bereichen pflegen – das heißt in Krankenhäusern, Heimen sowie ambulant in der Wohnung der Pflegebedürftigen. „Das vergrößert die Einsatz- und Entwicklungsmöglichkeiten“, betont Fehrecke-Harpke: „Zudem ist der neue Abschluss automatisch EU-weit anerkannt.“ Zwei weitere Vorteile: Das Schulgeld wurde abgeschafft, und Azubis sollen eine angemessene Vergütung erhalten.

„Die Reform ist ein wichtiger Schritt, um die Anerkennung und Wertschätzung der Pflegekräfte in Deutschland zu erhöhen“, betont Benjamin Fehrecke-Harpke. Dazu zähle auch, dass als weiterer Qualifizierungsweg neben der Berufsausbildung ein Pflegestudium eingeführt wurde. „Uns als

DRK ist es wichtig, die Pflege weiter zu professionalisieren. Sie ist ein eigenständiges Berufsfeld, und Pflegekräfte sollen auf Augenhöhe mit Ärzten arbeiten können.“ Dafür gelte es, neben der Bezahlung auch die Rahmenbedingungen zu verbessern, zusätzliche Weiterbildungschancen zu ermöglichen und die Vereinbarkeit von Familie und Beruf zu fördern.

Die DRK-Mitgliedsverbände bieten Pflegeprofis viele Berufschancen. Bundesweit sind sie Träger oder Betreiber von zahlreichen DRK-Krankenhäusern und mehr als 500 Altenpflegeeinrichtungen einschließlich Tagespflege, Kurzzeitpflege und betreutem Wohnen sowie von mehr als 500 ambulanten Diensten.

Wer sich für eine Ausbildung in der Pflege interessiert, bekommt ausführliche Informationen unter www.pflegeausbildung.net. Für Detailfragen wenden Sie sich an Ihren Kreisverband vor Ort.

Machtgeschichten

Zusammen mit dem DRK hat Autorin und Diplom-Pädagogin Anne Sophie Winkelmann das Buch „Machtgeschichten“ veröffentlicht. Es enthält Geschichten von Kindern, die herausfordernde Situationen mit Erwachsenen erleben und damit so gut wie möglich umgehen. Die Erwachsenen versuchen ihrerseits, die Kinder so gut wie möglich zu begleiten. Und überschreiten dabei manchmal auch die Grenzen der Kinder.



Foto: editionclaus

Das Buch ist sowohl für Kinder in Kita, Grundschule und Familie als auch ein Fortbildungsbuch für Eltern, Bezugspersonen und pädagogische Fachkräfte (ISBN 9783981888355)

Frau Winkelmann, können Sie so eine typische Situation beschreiben?

Eine Art von Grenzüberschreitungen, die ich gerade neugierig (auch bei mir selbst) beobachte, ist das viele Reden von Erwachsenen. Gerade dann, wenn wir explizit auf Gewalt verzichten wollen, geraten viele von uns in ausschweifende Erklärungen und Belehrungen, die bei Kindern Überforderung und Ohnmacht auslösen können. Dann finde ich es spannend zu überlegen, wie ich das, was ich sagen will, kurz, klar und wertschätzend formulieren kann.

Muss man denn nicht manchmal „machtvoll“ durchgreifen, um Kinder in den Griff zu bekommen?

Ich würde erst einmal fragen, was denn mit „durchgreifen und in den Griff kriegen“ gemeint ist. Welche Idee von der Beziehung mit Kindern liegt denn da zugrunde? Gleichzeitig kann ich mir das schon übersetzen und vermute, es geht

um herausfordernde Situationen, in denen sich die erwachsene Person mit ihren Grenzen und ihren Bedürfnissen klar positionieren möchte. Daran ist nichts verkehrt, solange die Art und Weise nicht verletzend oder entwürdigend ist.

Wie gelingt das?

Es geht dabei gar nicht so sehr um die Wortwahl, sondern vielmehr um eine nicht verurteilende Grundhaltung und eine Basis für eine Beziehung, die auf gegenseitigem Respekt und Vertrauen gründet. Wenn wir unsere Macht einsetzen, um Kinder zum Gehorsam zu zwingen, schädigt das das Selbstgefühl und Selbstwertgefühl von Kindern und gleichzeitig die Beziehung mit ihnen. Es ist bei all dem sehr wichtig zu verstehen, dass das Problem nicht ist, die Macht zu haben, denn diese haben wir als Erwachsene gegenüber Kindern sowieso. Es geht vielmehr darum, wie wir verantwortungsvoll mit dieser Macht umgehen können!

Gewalt gegen Helfer ist kein Ausnahmefall

Es klingt absurd: Wer helfen will, wird beschimpft. Das ist Alltag von Rettungskräften, weiß Wolfgang Brühl aus dem Kreisverband Köln: „Das kommt häufig vor.“ Manchmal bleibt es aber nicht bei Beschimpfungen. Auch tätliche Angriffe hat der Notfallsanitäter schon erlebt: „Das sind dann eher die Einzelfälle, aber es stand auch schon einmal jemand mit einem Messer vor mir.“

2017 hat der Gesetzgeber eine Verschärfung des Strafmaßes für Angriffe auf Rettungskräfte beschlossen. Durch die Reform drohen Tätern nun bis zu fünf Jahre Haft. Denn es zählt oft jede Minute, um Menschenleben zu retten. DRK-Präsidentin Gerda Hasselfeldt sagte anlässlich des Europäischen Tages des Notrufes 112: „Wer Rettungskräfte behindert, gefährdet das Leben anderer Men-



Setzen Sie ein Zeichen mit dem Aufkleber „Respekt für Rettungskräfte“

schen. Er sollte sich fragen, ob er nicht selbst einmal in eine lebensbedrohliche Situation kommen könnte, in der er dringend auf rasche Hilfe angewiesen ist.“

An seinem Job zweifeln lassen Wolfgang Brühl die tätlichen Angriffe nicht. Oft handelt es sich um alkoholisierte Menschen oder Patienten, die unter Drogen stehen, womit man lernen umzugehen. Bedenklich findet der Notfallsanitäter jedoch, dass das

aggressive Verhalten in die breite Masse zu schwappen scheint: „Es akzeptiert niemand mehr, dass man da stehen muss, wo man steht. Wenn man zum Beispiel auf einer Kreuzung hält, lassen die Autofahrer die Scheibe herunter und pöbeln einen an. Da fahren dann schon mal Autos hupend und mit quietschenden Reifen eng an einem vorbei – junge Leute, Familienväter, Rentner. Das sind dann keine Einzelfälle mehr.“

DRK-Service GmbH



Pollenalarm im Frühling

Wenn die Tage wärmer werden, fliegen auch wieder viele Blütenpollen durch die Luft. Damit beginnt für Millionen Menschen eine wahre Leidenszeit.

Zwölf Millionen Deutsche reagieren laut Robert Koch-Institut auf Blüten- oder Gräserpollen allergisch. Sie sind die größte Gruppe unter den Allergikern. Nimmt man noch Hausstaub-, Tierhaar-, Kontakt- oder Nahrungsmittelallergiker dazu, kommt man auf 30 Millionen allergische Menschen in Deutschland. Kein anderes Krankheitsbild hat sich in den vergangenen Jahrzehnten so verbreitet.

Für eine Minderheit ist die Krankheit sogar lebensbedrohlich. So können Insektenstiche einen allergischen Schock auslösen, der zum Tod führen kann. Der medizinische Laie sollte dann sofort den Notruf 112 wählen. Weitere Maßnahmen erläutert DRK-Bundesarzt Prof. Dr. Sefrin: „Wenn möglich, die Allergenzufuhr unterbrechen (zum Beispiel Entfernung eines Bienenstachels). Dann allgemeine Schockmaßnahmen ergreifen: Bei Atemproblemen den Oberkörper hochlegen, ständige Beobachtung von Atmung, Kreislauf und Ansprechbarkeit, den Patienten zudecken und für Ruhe sorgen.“

Bei leichteren Allergieanfällen gibt es eine Reihe von Hausmitteln und Tipps, die lindernd wirken können:

1. Bei angeschwollenen Nasenschleimhäuten hilft eine Nasenspülung mit einer Kochsalzlösung.
2. Waschen Sie täglich vor dem Schlafengehen die Haare, um sie von Pollen und anderen Partikeln zu befreien.
3. Öffnen Sie in der Pollenflugzeit nicht die Fenster, damit die Pollen draußen bleiben. Ist es während der Mittagszeit besonders heiß, könnte ein Klimagerät mit Pollenfilter Abhilfe schaffen.
4. Tägliches Staubsaugen hilft zusätzlich, die Pollen in Ihrer Wohnung zu reduzieren.
5. Vermeiden Sie das Ausschütteln der Betten, denn so wirbeln Sie nicht nur Pollen, sondern auch Milben, Bakterien und Viren auf.
6. Wenn Sie besonders stark unter Heuschnupfen leiden, sollten Sie entweder frühmorgens oder spätabends an die Luft gehen, dann ist der Pollenflug nicht so stark.
7. Nicht direkt nach einem Regenguss nach draußen gehen, da dann vermehrt Pollen in der Luft herumfliegen.
8. Bei Juckreiz der Haut lindern zerriebene Korianderblätter, die auf die betroffenen Hautstellen gelegt werden, das Brennen und Jucken.

Wie Sie einen Schock erkennen und dann helfen, lernen Sie beim DRK. Den Erste-Hilfe-Kurs in Ihrer Nähe finden Sie unter www.rotkreuzkurs.de

Grüner Detox-Smoothie

Mit diesem Frühlings-Smoothie wecken Sie Ihre Lebensgeister. Ihr Körper wird mit wichtigen Nährstoffen versorgt und überflüssige Giftstoffe werden ausgeschwemmt. Keine Angst: Die Ananas gleicht den Kohlgeschmack aus. Der Grünkohl lässt sich aber auch durch Spinat ersetzen.

- 1 Tasse grüner Tee, gekühlt
- 1 Schale Baby-Grünkohl
- 1 Schale Gurke, gewürfelt
- 1 Schale Ananas, gewürfelt
- Minzblätter

Alle Zutaten im Mixer pürieren und anschließend genießen!

Rätsel

Sitz des IKRK	unbezahlte öffentliche Funktion	beugen, kippen	französisch: Ende	wohl-tätige Unterstützung			machen	Zimmer-eingang
	4			Lehrer-tisch	1			
kurieren							Beistand in der Not	
mund- artlich: herein				Gerichts- unter- lagen		Ausruf der Em- pörung		6
Vorläufer der EU		5	Wappen- tier von Potsdam					
Gewürz- knospe						Frauen- name		Platz, Stelle
			Kurzform von Los Angeles	fliegende Unter- tasse			2	
Verehrer eines Stars		Gerät mit Sprossen	3					
Walöl				Ver- haltens- weise				

RMZ11651201901

Impressum

Kreisverband Musterstadt

Redaktion:
Max Mustermann, Tel.:1234567890, Fax: 1234567890

Vi.S.d.P.:
At vero eos et accusam et justo duo dolo.

Herausgeber:
Verband Titel
Verband Strasse
PLZ Stadt
Verband Telefon
www.xxxxxxxxxxxx.de
info@xxxxxxxxxxx.de

Auflage: 12345678 Exemplare

Spendenkonto:
Berliner Sparkasse\r\n\r\nIBAN: DE12345678900000\r\n\r\nBIC: xxxxxx