

DRK AKTUELL

Der Newsletter des DRK-Kreisverbands Neumünster

Danke für alles, Oliver Hushahn!



Kaum jemand hat das DRK Neumünster so geprägt wie Oliver Hushahn. 26 Jahre lang leitete er die Bereitschaft, im Dezember feierte er seinen Abschied. Unvergessen bleiben sein unermüdliches Engagement, sein Fachwissen und seine Herzlichkeit.

Bereits seit 1986 ist Oliver Hushahn ehrenamtlich im DRK aktiv; 1991 übernahm er die Leitung des JRK. Von 1994 bis 2018 war er zusätzlich Gruppenführer der ersten Betreuungsgruppe. Er koordinierte unzählige Einsätze, unter anderem 1997 in der Flüchtlingshilfe während des Jugoslawienkrieges und 2013 bei der Hochwasserkatastrophe in

Lauenburg mit über 350 Einsatzkräften. Während der Coronapandemie baute er das Impf- und Testzentrum auf. Auf seine Initiative hin wuchs der Fuhrpark des DRK von einem Einsatzfahrzeug auf sieben Fahrzeuge. Zuletzt schuf er mit dem Ehrenamtzentrum ein beeindruckendes Zuhause für freiwillige Helferinnen und Helfer. Darüber hinaus ist er seit vielen Jahren Mitglied im DRK-Präsidium. Das gesamte Team dankt ihm herzlich für seine Arbeit und freut sich, dass er auch weiterhin mit dem DRK zusammenarbeiten wird, unter anderem in der Katastrophenhilfe. Seine Aufgaben übernehmen Stefan Fehrs als neuer Kreisbereitschaftsleiter und Sarah Bach als seine Stellvertreterin.

Vorwort der Präsidentin



Liebe Mitglieder, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des DRK!

Das neue Jahr ist da – Zeit, kurz zurückzublicken und Danke zu sagen. Meine besondere Anerkennung gilt Oliver Hushahn, der das DRK in den letzten 26 Jahren als Kreisbereitschaftsleiter auf einzigartige Weise geprägt hat. Zum Glück bleibt er uns noch länger als Präsidiumsmitglied erhalten. Was mich außerdem bewegt: Der Demenzchor „Herbstzeitlose“ feiert in diesem Jahr sein zehnjähriges Bestehen und ist ein eindrucksvolles Beispiel dafür, wie Musik verbinden und Isolation überwinden kann. Und unser Team startet dank unserer Mitgliedschaft bei Hansesfit mit frischem Schwung ins neue Jahr. Ich freue mich auf alles, was wir 2025 gemeinsam auf die Beine stellen werden und danke Ihnen, dass Sie uns dabei so treu unterstützen!

Mit herzlichen Grüßen

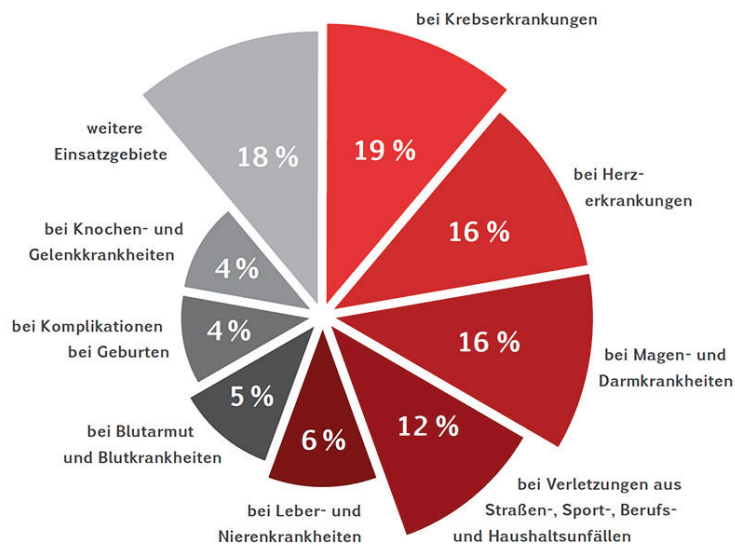
Carén Krebs

Nicht nur für Notfälle: Was eine Blutspende alles kann

Blutspenden rettet Leben – das ist allgemein bekannt. Oft denkt man dabei allerdings nur an Unfälle oder Operationen. Dabei ist der Bedarf viel größer und vielfältiger. Auch die Blutspenden aus dem DRK-Ehrenamtszentrum kommen vor allem Krebspatienten und chronisch Kranken zugute. Besonders beeindruckend: Mit einer einzigen Vollblutspende können durch den Einsatz der verschiedenen Bestandteile bis zu drei Menschenleben gerettet werden!

Wofür wird Blut benötigt?

Blutprodukte spielen in der modernen Medizin eine wichtige Rolle und werden bei einer Vielzahl von Erkrankungen und Behandlungen eingesetzt:



Warum mehr Menschen Blut spenden sollten

Täglich werden in Deutschland rund 15.000 Blutspenden benötigt. Derzeit spenden aber nur etwa 3 Prozent der Bevölkerung regelmäßig Blut – viel zu wenig, um den Bedarf zu decken. Schon heute reichen die Vorräte an Blutkonserven oft nur für 5 bis 12 Tage. Blutspenden ist eine einfache Möglichkeit, anderen Menschen zu helfen. Man unterstützt nicht nur in akuten Notfällen, sondern sichert auch die Versorgung vieler Patientinnen und Patienten, die langfristig aufgrund einer Erkrankung auf Blutprodukte angewiesen sind.

Was wird aus einer Vollblutspende gewonnen?

Bei einer Vollblutspende wird etwa ein halber Liter Blut entnommen. Anschließend wird das Blut in seine Bestandteile zerlegt:

Erythrozyten (rote Blutkörperchen) sind wichtig für die Behandlung von Blutarmut und Blutverlust. Sie werden häufig bei Krebspatientinnen und -patienten eingesetzt, die aufgrund ihrer Therapie einen erhöhten Bedarf an Erythrozyten haben. Hilfreich sind sie auch bei chronischen Erkrankungen wie Niereninsuffizienz, bei denen die Produktion roter Blutkörperchen beeinträchtigt ist.

Plasma (flüssiger Anteil des Blutes) enthält wichtige Eiweiße und Antikörper. Es wird zur Behandlung von Gerinnungsstörungen, schweren Verbrennungen oder bei Schockzuständen eingesetzt. Außerdem wird es zur Herstellung lebenswichtiger Medikamente benötigt, zum Beispiel für Immunglobuline.

Thrombozyten (Blutplättchen) spielen eine zentrale Rolle bei der Wundheilung. Sie sind unersetzlich für Patientinnen und Patienten mit Blutgerinnungsstörungen oder einem erhöhten Risiko für Blutungen, beispielsweise während einer Chemotherapie.

Sie möchten Blut spenden? Kommen Sie an jedem 1. Freitag oder 3. Montag im Monat ins Ehrenamtszentrum. Anschließend laden wir Sie zu einem leckeren Imbiss ein.



Jetzt mitmachen!

Gesund bleiben ist Teamsache!



Gemeinsam am Start: Das DRK-Team beim Nikolauslauf 2024, der rund um den Einfeldsee führte.

Seit dem 1. November können die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des DRK Neumünster ganz einfach etwas für ihre Gesundheit tun. Dank der neuen Hansefit-Mitgliedschaft stehen ihnen zahlreiche Sport- und Wellnessangebote offen. Und das ist nur eines von mehreren Angeboten, mit denen das DRK die Gesundheit seines Teams fördert.

Gesundheit am Arbeitsplatz? Für DRK-Personalleiter Nils Oldekop ist das keine Frage, sondern eine klare Haltung: „Wer sich um andere kümmert, sollte auch selbst fit und gesund bleiben!“. Auf seine Initiative hin hat das DRK eine Partnerschaft mit dem Unternehmen Hansefit geschlossen, von der alle Voll- und Teilzeitbeschäftigten profitieren. Je nach Art der Mitgliedschaft stehen Sportarten wie Fitness, Schwimmen oder Klettern bei verschiedenen Anbietern in Neumünster und ganz Deutschland zur Auswahl. Das DRK übernimmt einen Teil der Kosten. „Solche Angebote gehören mittlerweile in vielen Unternehmen zum Standard“, sagt Nils Oldekop. Seine erste Bilanz: „Das Angebot kommt bei den Kolleginnen und Kollegen sehr gut an.“

Auch am Arbeitsplatz setzt das DRK auf gesunde Rahmenbedingungen. In der Verwaltung erhalten immer mehr Beschäftigte höhenverstellbare Schreibtische und ergonomische Stühle. Davon profitieren vor allem Kolleginnen und Kollegen, die viel sitzen und unter Rückenproblemen leiden. Auch wer eine Arbeitsplatzbrille benötigt, erhält einen Zuschuss. „Der Betriebsarzt prüft, ob eine Brille notwendig ist. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter können sich dann bei einem Optiker, mit dem wir einen Exklusivvertrag haben, eine Brille aussuchen“, erklärt Oldekop. Gemeinsam in Bewegung bleiben spielt ebenfalls eine wichtige Rolle. Immer mehr Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter nehmen im DRK-Team an Firmenläufen wie dem Holstenköstenlauf, dem Kowsky-Lauf oder dem Nikolauslauf teil. Demnächst sollen zudem geschulte Pflegekräfte Akupunkturbehandlungen für die Kolleginnen und Kollegen anbieten. Ich freue mich, dass wir den Bereich Gesundheitsförderung immer weiter ausbauen“, so Nils Oldekop. „Wenn Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter nicht ausfallen, lange bei uns bleiben und ihre Lebensqualität steigt, haben einfach alle etwas davon!“

Mitarbeiterporträts



Seit dem 22. Juli 2024 betreut Kim Sharin Frank die Freiwilligenagentur F.A.N.

„Der herzliche Umgang hier ist etwas ganz Besonderes!“

Kim Sharin Frank hatte schon immer eine soziale Ader. Nach dem Schulabschluss in Neumünster entschied sie sich für ein FSJ auf der Kinderstation des Friedrich-Ebert-Krankenhauses. „Aber hauptberuflich in diesem Bereich zu arbeiten ist für mich neu“, erzählt die 26-Jährige. Nach ihrer Ausbildung zur Kauffrau für Büromanagement arbeitete sie in Disposition und Vertrieb eines Lebensmittelgroßhandels. „Hier ist der Umgang herzlicher, das finde ich sehr schön“, sagt sie. An drei Tagen in der Woche berät sie Menschen, die sich ehrenamtlich engagieren möchten. „Ich war überrascht, wie vielfältig die Möglichkeiten sind“, erzählt sie, „vom Obstpflücken auf Streuobstwiesen bis zu Computerkursen für ältere Menschen.“ Besonders beeindruckt ist sie davon, dass auch viele junge Menschen ein Ehrenamt suchen. Die persönlichen Gespräche machen ihr große Freude. „Man lernt die Menschen kennen und tut etwas für die Allgemeinheit. Das gibt mir ein gutes Gefühl!“ Neben der Arbeit verbringt sie viel Zeit mit ihren Eltern und ihrem Freund: „Ich bin ein absoluter Familienmensch!“ Eine Herausforderung ist für sie noch die Öffentlichkeitsarbeit, da sie nicht gerne im Mittelpunkt steht: „Aber auch diesen kleinen Bach werde ich überspringen!“

Singen gegen die Einsamkeit



V.l.n.r.: Chorleiterin Ulrike Vogt, Elke Klisic (ehrenamtliche Unterstützerin), Gisela Rummey (e. U.), Dr. Renate Richter (e. U.), Eva Färber, (e. U.), Andrea Osbahr (ZKS im DRK) Gisela Schaale (e. U.), Gabriele Klaenhammer (e. U.). Nicht im Bild: Andreas Schönhoff (e. U.)

Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen finden seit 2014 im Chor „Die Herbstzeitlosen“ einen Ort der Lebensfreude und der Gemeinschaft. Im Januar feiert der Chor sein zehnjähriges Bestehen.

Rund 50 bis 60 Prozent der Pflegebedürftigen in Deutschland sind von einer Demenz betroffen. Diese sorgt oft für ein Gefühl der Einsamkeit - bei Erkrankten und Angehörigen gleichermaßen. „Viele fühlen sich isoliert, weil Begegnungen oft schnell vergessen werden,“ erklärt Andrea Osbahr von der Zentralen Kontaktstelle für Selbsthilfe im DRK, die seit sechs Jahren Träger des besonderen Projekts ist. „Singen verbindet und weckt Erinnerungen, die auch bei fortschreitender Demenz erhalten bleiben. Während der Proben erleben die Teilnehmerinnen und Teilnehmer glückliche Momente. Sie sind wacher, erkennen sich nach dem Singen sogar wieder und sprechen miteinander. Diese Momente helfen, das Hier und Jetzt zu genießen.“

Die „Herbstzeitlosen“ sind bewusst ein Angebot im öffentlichen Raum und in schöner Atmosphäre, fernab von Pflegeheimen. Geprobt wird jeden Montag von 10 bis 12 Uhr in der Musikschule Neumünster im Caspar-von-Saldern-Haus. Den Chor leitet Ulrike Vogt, eine erfahrene Musikpädagogin, die mit viel Einfühlungsvermögen ein Repertoire aus Volksliedern, Schlagern und Kanons gestaltet. Gemeinsame Ausflüge und Aktivitäten wie Grünkohllessen oder Weihnachtsfeiern runden das Angebot ab. Auch die Angehörigen können sich bei einem monatlichen Treffen im Café Ole austauschen. Ermöglicht wird der Chor durch die finanzielle Unterstützung der Dr. Hans Hoch Stiftung und durch private Spenden. Unverzichtbar für die Chorarbeit sind auch die derzeit sieben ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer, von denen viele einen pflegerischen oder medizinischen Hintergrund und dadurch einen persönlichen Bezug zum Thema Demenz haben. Sie unterstützen bei den Proben, begleiten Ausflüge und sorgen dafür, dass die Teilnehmenden sicher zu den Treffen kommen.

Am 20. Januar feiert der Chor sein Jubiläum mit geladenen Gästen. Neue Interessentinnen und Interessenten sind bei den Proben herzlich willkommen. Kontakt: Andrea Osbahr, Telefon 04321 4191-19, E-Mail: zks@drk-nms.de.

DRK-Termine

Blutspende im Ehrenamtszentrum (Bachstraße 36):

Freitag, 3. Januar, 7. Februar und 7. März, jeweils 15–19 Uhr

Montag, 20. Januar, 17. Februar und 17. März, jeweils 14–18 Uhr



Folgen Sie uns!

Abonnieren Sie unsere digitalen

Kanäle und verpassen Sie keine DRK-News mehr:

 /drk.nms

 /drk_neumuenster/

Unseren Podcast „Dat Richtige Klönen“ finden Sie auch auf Spotify.

Impressum

Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Neumünster e.V.
Hahnknüll 58
24537 Neumünster

Telefon 04321 905-230
Fax 04321 905-239
E-Mail info@drk-nms.de
Internet www.drk-nms.de

Redaktion

Bircan Gültekin
Robert Wollschlaeger
Jenny Gregersen

Konzeption & Gestaltung

INMEDIUM GmbH
Werbeagentur, Neumünster

Fotos

DRK, INMEDIUM GmbH

Nächste Ausgabe

April 2025