Ausgabe Oktober 2025
Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Neumünster e.V.

Deutsches Rotes Kreuz

DRK AKTUELL

Der Newsletter des DRK-Kreisverbands Neumünster

Austausch über den Alltag mit Autismus

Gebündeltes Know-how rund um psychische Gesundheit (v.l.n.r.): Nadine Sierks (DRK, ZKS), Andrea Osbahr (DRK, ZKS), Dr. Magitta Liebsch (DRK Psychiatrische Tagesklinik), Birte Ernst (FEK), Kathrin Wulff (Die Brücke Neumünster)

Welchen Herausforderungen begegnen Menschen im Autismusspektrum? Am 14. Oktober lädt „Psyche im Griff“ zum offenen Austausch ein – für Betroffene, Angehörige und Interessierte. Die Veranstaltungsreihe wird gemeinsam vom DRK, der Brücke Neumünster, dem FEK und der Psychiatrischen Tagesklinik organisiert.

Das Thema psychische Gesundheit rückt immer mehr in den Fokus der Gesellschaft. Das zeigte auch der erste bundesweite „Tag der Selbsthilfe“ am 16. September. „Es ist wunderbar zu sehen, wie Menschen sich in den Selbsthilfegruppen zunehmend öffnen und wieder mehr Gemeinschaft erleben“, erzählt Andrea Osbahr von der Zentralen Kontaktstelle für Selbsthilfe (ZKS). Um Offenheit und gegenseitiges Verständnis geht es auch bei der Veranstaltung „Autismus – Eine Form der Neurodiversität“. Sie findet am 14. Oktober von 18.00 bis 19.30 Uhr im DRK-Haus in der Schützenstraße statt. Nach einer Einführung von Marten Spilok (Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie im FEK) können sich die Teilnehmenden über ihre Erfahrungen austauschen.

Anmeldung unter zks@drk-nms.de oder ad@bruecke-ggmbh.de

Vorwort der Präsidentin

Liebe Mitglieder, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des DRK!

Die Artikel dieser Ausgabe zeigen erneut, wie vielfältig unsere Arbeit ist: ambulante Pflege, Migrationsberatung oder Sanitätsdienste auf Festivals. Alle diese Themen verbindet eine gemeinsame Haltung: Wir kümmern uns, weil wir damit für unsere Gesellschaft einen Unterschied machen. Das gilt besonders für die Selbsthilfe, die durch den bundesweiten Aktionstag am 16. September mehr Sichtbarkeit bekommen hat. Viel bewegt hat auch Sabine Krebs, die nach fast 20 Jahren beim DRK in den Ruhestand geht. Als Ehrenamtskoordinatorin hat sie unzählige engagierte Menschen begleitet und unterstützt. Das DRK-Team dankt ihr von Herzen und wünscht ihr für den neuen Lebensabschnitt alles Gute.

Mit herzlichen Grüßen
Carén Krebs

Sabine Krebs gibt den „Schatz“ des DRK in neue Hände

Sabine Krebs war fast 20 Jahre lang eines der prägenden Gesichter des DRK-Kreisverbands Neumünster – zunächst als Vorstandsassistentin, später als Ehrenamtskoordinatorin. Am 1. August ist sie offiziell in den Ruhestand gegangen. Ganz verabschiedet hat sie sich aber noch nicht: Beim Blutspendedienst und bei der Vermietung des Ehrenamtszentrums bleibt sie weiterhin aktiv.

Jeder Abschied ist ein neuer Anfang: Ehrenamtskoordinatorin Kristin Meier (links) übernimmt das „Schatzkästchen“ von ihrer Vorgängerin Sabine Krebs

Am meisten freut sich Sabine Krebs darauf, künftig nicht mehr alles im „Dauerlauf“ erledigen zu müssen. Denn für spontane Aktivitäten wie das Lackieren einer Gartenbank war in ihrem Arbeitsleben selten Zeit. Schon immer hat sie sich mit viel Elan für andere engagiert, das Kümmern und Organisieren liegt ihr im Blut. Sie machte eine Ausbildung zur Hauswirtschaftsleiterin und war im Hotelgewerbe sowie als Disponentin in einem Bauunternehmen tätig. Zum DRK kam sie über ihre politische Arbeit im Jugendhilfeausschuss. Viele Jahre arbeitete sie als Assistentin des Vorstands, bevor sie eine der ersten Ehrenamtskoordinatorinnen im Land wurde – rückblickend ein Glücksfall: „So habe ich das DRK noch einmal aus einer viel persönlicheren, intensiveren Perspektive erlebt“, erzählt sie.

Sabine Krebs hat viel angestoßen: Sie betreute die Kleiderkammer in der Erstaufnahme am Haart und baute das Projekt „Besuchsfreunde“ für ältere Menschen erheblich aus. Während der Coronapandemie organisierte sie rund 500 Fahrten mit „Impfpaten“. Fast zwei Jahrzehnte lang verantwortete sie die Wunschstern-Aktion zu Weihnachten, die sie auch weiterhin betreuen wird. Besonders am Herzen lag ihr die Blutspende – unter ihrer Leitung entwickelte sie sich zu einer beeindruckenden Erfolgsgeschichte mit 80 bis 100 Spenderinnen und Spendern pro Termin, darunter überdurchschnittlich viele Erstspender. Die größte Herausforderung war für sie die Organisation der Blutspende während der Coronapandemie. „Plötzlich ging gar nichts mehr!“, erinnert sie sich. „Dann hatte ich die Idee: Können wir das nicht in die Holstenhallen verlegen?“ Neben der Logistik unter strengen Hygienebedingungen ging es auch darum, den Ehrenamtlichen und Spendern die Angst vor einer Ansteckung zu nehmen. „Als ich dann die langen Schlangen vor der Halle gesehen habe – das war ein echter Gänsehautmoment!“ Auch für praktische Hilfe war sich Sabine Krebs nie zu schade: Bei personellen Engpässen griff sie auch mal zum Spülschwamm oder schmierte Schnittchen. Ihr Fazit: „Ich hatte das große Glück, mit ganz tollen Menschen zusammenzuarbeiten – besonders mit meinen Kolleginnen und Kollegen aus der Schützenstraße war es immer ein wunderbares Miteinander, sie werden mir fehlen!“

Im August hat Kristin Meier ihre Nachfolge übernommen. Einige DRK-Mitglieder kennen sie vielleicht aus der Schulkindbetreuung an der Gartenstadtschule. Zum Start überreichte ihr Sabine Krebs ihr persönliches „Schatzkästchen“. Sie erklärt: „Die Ehrenamtlichen sind für mich der Schatz des DRK, eine wichtige Säule, die man wertschätzen und pflegen muss!“ Noch ist das Kästchen leer – bereit, von Kristin Meier und „ihren“ Ehrenamtlichen mit Leben gefüllt zu werden.

Einladung zur Kreisversammlung am 12. November um 18 Uhr

Wir laden alle Mitglieder herzlich zur DRK-Kreisversammlung ins Ehrenamtszentrum (Bachstraße 36) ein. Um 18 Uhr begrüßen wir Sie vorab zu einem kleinen Imbiss. Bei Bedarf holt Sie unser Fahrdienst um 17.30 Uhr beim DRK-Haus in der Schützenstraße ab. Bitte melden Sie sich dafür telefonisch unter 04321 905-230 an.

Wir freuen uns auf Sie!

Selbstständig leben im eigenen Zuhause

Dank ambulanter Pflege können ältere Menschen lange eigenständig bleiben und müssen nicht frühzeitig in eine stationäre Einrichtung umziehen. Das DRK-Team der Haus- und Familienpflege macht dies mit viel Herz und Kompetenz möglich.

In Deutschland steigt die Zahl der Pflegebedürftigen seit Jahren. Ende 2023 waren es rund 5,7 Millionen Menschen, was einem Zuwachs von fast 15 Prozent in nur zwei Jahren entspricht – auch durch einen weiter gefassten Begriff der Pflegebedürftigkeit. Das Besondere: Fast neun von zehn Menschen werden zu Hause betreut. Ein Grund dafür ist der Wunsch, auch im Alter dort zu bleiben, wo man sich am wohlsten fühlt: in den eigenen vier Wänden. Ein weiterer wichtiger Aspekt ist, dass die Kosten für die stationäre Pflege immer höher werden. Anfang 2025 lagen die Eigenanteile für einen Pflegeheimplatz bei durchschnittlich 2.984 Euro. Für viele Familien ist das eine enorme Belastung. Ambulante Pflege kann dabei helfen, eine stationäre Unterbringung hinauszuzögern oder sogar ganz zu vermeiden. So werden auch die Angehörigen entlastet. Denn im Jahr 2023 wurden über 63 Prozent der zu Hause versorgten Menschen von ihrer Familie oder engen Bezugspersonen betreut.

Sei es die morgendliche Medikamentengabe, ein Verbandswechsel oder Hilfe beim Einkauf – oft sind es kleine Handgriffe, die die Lebensqualität erhalten. Pflegekräfte sind dabei auch vertraute Ansprechpartner. Für manche Menschen ist der tägliche Besuch sogar der einzige soziale Kontakt. In Neumünster sind täglich 27 DRK-Mitarbeiterinnen unterwegs, um rund 160 Menschen zu versorgen, weitere 122 Personen nutzen zurzeit die Pflegeberatung. „Wir sehen unsere Aufgabe darin, die Selbstständigkeit so lange wie möglich zu erhalten und gleichzeitig Sicherheit zu geben“, sagt Pflegedienstleiterin Sabine Schlichting. „Unsere Mitarbeiterinnen pflegen aktivierend. Jede kleine Tätigkeit stärkt das Gefühl: Ich kann noch etwas selbst.“ Das Angebot reicht von der Körper- und Krankenpflege über die Wohnungsreinigung bis hin zur Begleitung bei Spaziergängen. Es kann von allen Menschen mit einem Pflegegrad sowie von Personen, die eine Verordnung für häusliche Krankenpflege erhalten haben, in Anspruch genommen werden. Auch Selbstzahler sind willkommen. Weitere Informationen erhalten Sie bei Sabine Schlichting: Tel. 04321 905-271 oder per E-Mail: hf@drk-nms.de

Täglich unterwegs für mehr Lebensqualität im Alter: das Team der DRK-Haus- und Familienpflege in Neumünster (links im Bild: Pflegedienstleiterin Sabine Schlichting)

Mitarbeiterporträt

Herondina van Dunem, Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer (MBE)

„Das DRK-Team in der Schützenstraße ist für mich wie eine zweite Familie.“

Herondina van Dunem arbeitet seit einem Jahr in der Migrationsberatung. Die Politikwissenschaftlerin zog vor neun Jahren wegen der Finanzkrise aus Portugal nach Bad Bramstedt, wo ihre Cousine lebt. „Ich kenne viele Probleme meiner Klientinnen und Klienten aus eigener Erfahrung“, sagt sie. Bevor sie zum DRK kam, rekrutierte sie bei einer Personalvermittlung ausländische Arbeitnehmer und begleitete sie bei der Integration. „Doch hier kann ich meine Kompetenzen in den Bereichen Sozialarbeit und Verwaltung viel gezielter einsetzen.“ Derzeit entwickelt sie ein Projekt, das die sozialen Kompetenzen von Erwachsenen mit Mitgrationshintergrund stärken soll. „Gemeinsam mit einem Psychologen erarbeite ich ein Seminar, das Menschen im Deutschkurs B1 mehr Motivation und Selbstvertrauen vermittelt.“ Besonders stolz ist sie auf ihre Erfolge bei einer rumänischen Familie, die jahrelang chaotisch lebte – mit acht Personen in zwei Zimmern. „Heute wohnen die erwachsenen Kinder in ihrer eigenen Wohnung und die Familie regelt alle Behördengänge selbst.“ Privat verbringt sie Zeit mit ihren drei Söhnen und liest – „am liebsten Liebesromane“, lacht sie.

Schlamm, Schichtarbeit und viel Spaß

Auch Carén Krebs, Präsidentin des DRK-Kreisverbands Neumünster, ließt sich von dem besonderen „Wacken-Vibe“ mitreißen. Ganz rechts: André Dickow auf dem Quad.

In diesem Sommer war die DRK-Bereitschaft erneut beim Wacken Open Air im Einsatz – mit Notfallrucksack auf dem Quad, im Rettungswagen und in der Feldküche.

Seit mehr als 30 Jahren pilgern Metal-Fans Anfang August zum „W:O:A“, einem der größten Heavy-Metal-Festivals weltweit. Auch für die DRK-Bereitschaft ist das Event ein fester Termin im Kalender. Doch statt mit der Bierdose in der Hand vor der Bühne zu rocken, haben sie alle Hände voll zu tun: Verletzungen versorgen, Krankentransporte durchführen oder Brötchen schmieren. 570 ehrenamtliche Einsatzkräfte aus ganz Deutschland waren dieses Jahr vor Ort, um 85.000 Konzertbesucher und zehntausende weitere Schaulustige und Festivalmitarbeiter zu versorgen. „Beim ersten Einsatz im Jahr 2018 hat uns gleich das Wacken-Fieber gepackt!“, erzählt André Dickow von der Bereitschaft. Er war dieses Jahr auf einem Quad auf den Campingplätzen unterwegs, um als Erster die Lage einzuschätzen. „Aufgrund des Matsches hatten wir viele chirurgische Verletzungen – die Leute sind zum Beispiel ausgerutscht und haben sich das Sprunggelenk gebrochen. Unser schlimmster Fall war eine schwere Verbrühung am Rücken durch kochendes Wasser“, erzählt er. „Und der Schlamm überall hat die Arbeit nicht unbedingt einfacher gemacht, sogar mit dem Quad bin ich manchmal kaum durchgekommen! Aber die Leute auf diesem Festival sind außergewöhnlich friedlich, dankbar und hilfsbereit – es macht wirklich Spaß.“ Neben André Dickow und Tabea Wulff, die im Rettungswagen im Einsatz war, arbeiteten noch weitere Bereitschaftsmitglieder in der Feldküche mit. „Die Motivation der Ehrenamtlichen steht und fällt definitiv mit der Verpflegung“, betont André Dickow. „Da wurde auch mal der Käse in Form des Wacken-Logos ausgestanzt!“ Die Gesamtverantwortung für den Sanitätsdienst hatte der DRK-Kreisverband Kaltenkirchen. Auch viele weitere Organisationen wie die Malteser, die Johanniter und die DLRG waren vor Ort. Die Helfer arbeiteten in 12-Stunden-Schichten rund um die Uhr – ein anstrengender Job. „Doch es ist ein tolles Gefühl, dieses Festival möglich zu machen“, so Dickow. „Und die heiße Dusche nach einem Tag im Matsch ist einfach unbezahlbar!“

DRK-Termine

Blutspende im Ehrenamtszentrum (Bachstraße 36):
Samstag, 4. Oktober, 10–14 Uhr
Freitag, 1. November, 6. Dezember, 3. Januar, jeweils 14–18 Uhr
Montag, 21. Oktober, 18. November, 16. Dezember, jeweils 15–19 Uhr

Sportintegrationscamp „Baskids“ (Basketball) in den Herbstferien
20. bis 24. Oktober, Sporthalle Holstenschule,
Anmeldung bis 15. Oktober:
www.drk-nms.de/basketball-camp

DRK-Kreisversammlung
12. November, 18 Uhr, EAZ

Ehrung der DRK-Mitglieder, Blutspenderinnen und Blutspender
13. November, EAZ

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
Kommunikationsagentur
Neumünster

Fotos
INMEDIUM GmbH

Nächste Ausgabe
Januar 2026