



rotkreuz

Nachrichten

Ihr Mitgliederbrief Mai 2023

UNSERE THEMEN

- Kunst und Kultur im Pflegeheim
- Dank an Blutspenderinnen und Blutspender
- Gleiche Bezahlung in Ost und West im DRK Thüringen
- Tierische Unterstützung im Kindergarten
- Sommer, Strand – Sonnenstich?

Sehr geehrte Rotkreuz-Freunde,

am 8. Mai ist Weltrotkreuztag und somit für uns alle ein wichtiger Tag, an dem der Rotkreuzgedanke gewürdigt wird. Zum Weltrotkreuz und Rothalbmondtag spüren wir nicht nur in Deutschland, sondern rund um den Globus, wie wichtig unsere Arbeit ist.

Als am Morgen des 6. Februar in der Türkei und in Syrien die Erde bebte, haben Hilfsorganisationen wie das DRK wieder schnellstmöglich Unterstützung geleistet. Aber auch hier vor Ort wurde und wird durch Ihr DRK viel Hilfe geleistet für Bedürftige, Geflüchtete und Hilfesuchende.

In dieser Ausgabe berichten wir über Kunst und Kultur im Pflegeheim, Therapiehund Smilla und über aktuelle Tarifentwicklungen. Außerdem möchten wir, dass Sie gut durch die wärmste Jahreszeit kommen und haben einige Tipps insbesondere rund um das Thema Hitze zusammengestellt.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen dieser Ausgabe und bitte bleiben Sie gesund!



Herzliche Grüße Ihr



Ralf Adam
Vorstandsvorsitzender

Kunst und Kultur im Pflegeheim

Wir berichten am Beispiel unseres DRK-Pflegeheimes in Pöbneck Ost, wie Kunst und Kultur statt Langeweile und Tristesse gelebt wird.

Wird man alters- oder krankheitsbedingt pflegebedürftig, verändert sich der Lebensalltag oftmals grundlegend. Spätestens wenn der Einzug in ein Pflegeheim notwendig wird, muss man viele Gewohnheiten verändern oder gar ablegen, Hobbys aufgeben und sieht sich einem immer gleichen Alltag ausgesetzt. So zumindest meist das Bild in der breiten Öffentlichkeit in Bezug auf den Alltag in einem Pflegeheim. Nicht mit uns!

In den 3 stationären Pflegeeinrichtungen des Deutschen Roten Kreuzes im Saale Orla Kreis, arbeiten täglich 214 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter daran, den Alltag abwechslungsreich zu gestalten und auf Bedürfnisse und Wünsche der Bewohnenden einzugehen. Doch da dies eher nach einer Floskel klingt, zeigen wir am Beispiel des Pflegeheimes Pöbneck, was genau dahintersteckt. So gibt es in der Einrichtung verschiedene Gruppenangebote, welche jede Woche wiederkehrend angeboten werden und das Ziel verfolgen, Ressourcen gezielt zu fördern. Hierzu gehören unter anderem zwei Sportrunden, in denen Kraft und Balance gefördert werden, der hauseigene Chor, die Männerrunde, der Frauentreff und die Rollatorfitgruppe, in denen die Bewohnenden den Umgang mit dem Hilfsmittel für den Alltag und auch das Überwinden von Hindernissen im öffentlichen Raum vermittelt bekommen. Neu ins Leben gerufen wurde eine Theatergruppe unserer Mitarbeiter der sozialen Betreuung, welche als erstes Projekt in einer Märchenaufführung für unsere Bewohnenden und Gästen münden wird.

Abseits der wiederkehrenden Angebote heißt es bei uns „**Kunst und Kultur statt Langeweile und Tristesse**“. So sieht der Kulturplan in diesem Jahr nicht nur ein Frühlings-, Sommer-, Herbst- und Weihnachtsfest vor – nein viel mehr als das. Eines unserer absoluten Highlights in diesem Jahr war die Vernissage mit Exponaten, welche von unseren Bewohnenden angefertigt wurden. Wie die Bilder beweisen kann man auch im Alter sehr wohl seine Hobbys fortführen und erhält hierzu bei uns die nötige Unterstützung. Als weitere Höhepunkte in diesem Jahr erwarten unsere Bewohnenden unter anderem den Besuch von Alpakas vom Alpakahof Kraft sowie einen Lampionumzug, welcher in Zusammenarbeit mit unserem DRK-Kindergarten erfolgt. Verschiedene Ausflüge wie beispielsweise zum Karpfenessen, ein Sportfest, eine Buchlesung, Kegeln, eine Modenschau, eine Cocktailparty und vieles mehr sind ebenfalls geplant. Das wir mit dieser Aufzählung noch nicht ansatzweise am Ende des Kulturplanes für 2023 angekommen sind,



© DRK-Kreisverband Saale-Orla e.V.

zeigt wie zahlreich und vielfältig unser Angebot für unsere Bewohnenden ist.

Auch ganz besondere Momente entstehen bei uns. Von einem wollen wir zum Abschluss berichten. So erzählte uns eine Bewohnerin, welche erst vor kurzem in unsere Einrichtung eingezogen ist, vom vergangenen Tanznachmittag. Dies sei das erste mal seit vielen Jahren gewesen, dass es ihr möglich war mal wieder mit einem Mann zu tanzen. Dieses Erlebnis habe sie so sehr berührt das sie beinahe vor Glück zu weinen begann.

All diese Beispiele zeigen, dass sich das Engagement des Deutschen Roten Kreuzes auszahlt und die Arbeit unserer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter einen **besonderen Mehrwert** schafft.

DRK-Pflegeheim, R.-Luxemburg-Str. 52, 07381 Pöbneck

Telefon: 03647 / 444-0

E-Mail: pflegeheim-poessneck@drk-sok.de

Herzlichen Dank an alle Blutspenderinnen und Blutspender



© DRK-Blutspendedienst NSTOB

Im Jahr 2022 führten wir gemeinsam mit dem DRK-Blutspendedienst NSTOB 94 Blutspendetermine im Saale-Orla-Kreis durch. Dabei wurden insgesamt 4.137 Blutspenden geleistet, darunter konnten 200 Erstspender begrüßt werden. Der DRK-Kreisverband Saale-Orla e.V. bedankt sich ganz herzlich bei allen Spenderinnen und Spendern für ihre uneigennützig Hilfe am Nächsten. Auch den ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern bei den Blutspendeterminen vor Ort gilt unser Dank.

Wir hoffen, dass Sie uns auch im Jahr 2023 tatkräftig unterstützen Leben zu retten, vielen Dank!

Weitere Informationen und Termine unter:

DRK-Blutspendedienste www.blutspende-leben.de

Gleiche Bezahlung in Ost und West: DRK Thüringen tritt Bundestarifgemeinschaft bei

Unser DRK-Kreisverband Saale-Orla e.V. ist eines von 24 Mitgliedern der DRK-Landestarifgemeinschaft Thüringen mit insgesamt etwa 4.500 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern. Diese hat sich darauf verständigt, nach einer Überleitungszeit der DRK-Bundestarifgemeinschaft (BTG) und damit dem DRK-Reformtarifvertrag beizutreten. Die intensiven Gespräche und Verhandlungen starteten bereits im Jahr 2021. Die Verhandlungspartner waren sich frühzeitig darüber einig, als Ziel der Verhandlungen den Beitritt der Thüringer DRK-Landestarifgemeinschaft zur DRK-Bundestarifgemeinschaft und damit auch unseres Kreisverbandes anzustreben. In diesen Prozess war unser Vorstandsvorsitzender, Herr Ralf Adam, dauerhaft eingebunden. Am Ende der Verhandlungen einigten sich Arbeitgeber- und Arbeitnehmervertreter darauf, dass eine vollständige Überleitung in den DRK-Reformtarifvertrag bis zum 1. Januar 2026 erfolgen soll. Der Vorsitzende des DRK-Kreisverbandes Saale-Orla e.V. dazu: „Mit diesem Tarifabschluss wird ein wesentliches Ziel der Wertschätzung und Anerkennung für unsere Beschäftigten erreicht. Es ist uns wichtig, dass es eine bundeseinheitliche Vergütung geben wird.“ Die zeitliche Abfolge des Übergangs:



Vorstandsvorsitzender Ralf Adam

2023 wird es eine tarifliche Steigerung geben sowie kleinere Anpassungen im Manteltarifvertrag, wie zum Beispiel verpflichtende Sonderzahlung

2024 werden die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in die Entgeltstruktur des Reformtarifvertrages übergeleitet sowie der Urlaubsanspruch auf 30 Tage angepasst

2025 erfolgt eine weitere Annäherung der Entgelte an den Reformtarifvertrag sowie eine Arbeitszeitreduzierung auf 39 Stunden bei vollem Lohnausgleich

2026 erfolgt die vollumfängliche Anwendung des DRK-Reformtarifvertrages Darüber hinaus sind weitere soziale Maßnahmen zur Verbesserung der Arbeits- und Lebensbedingungen der Beschäftigten geplant.

**Werden Sie Teil unseres Teams!
DRK-Kreisverband Saale-Orla e.V.
Oschitzer Straße 1, 07907 Schleiz
www.drk-sok.de**

Tierische Unterstützung im DRK-Kiga Neustadt/Orla



Wenn wir ein Tier streicheln, tut das unserer Seele gut. Dabei wird in unserem Körper das Wohlfühl- und Bindungshormon Oxytocin ausgeschüttet und gleichzeitig das Stresshormon Cortisol reduziert.

Wenn Smilla, eine Goldendoodle Hündin, schwanzwedelnd auf die Waldspatzen in unserem DRK-Kindergarten „Gänseblümchen“ in Neustadt/Orla zuläuft, ist die Freude bei den Kindern wie bei der Hündin genauso groß. Ängstliche Kinder haben schrittweise gelernt der großen schwarzen Smilla zu vertrauen. Dabei gibt es im Umgang mit dem Vierbeiner klare und immer gleichbleibende Regeln, die alle Kinder kennen. Dazu gehören: nicht schreien, ein liebevoller Umgang und immer nur ein Kind gibt ein Kommando. Führt Smilla das Kommando aus, belohnen die Kinder sie gern mit Leckerlis. Sich gemeinsam erleben, stärkt Kinder in ihrem Selbstbewusstsein, regt auch Zu-

rückhaltende zu sprachlicher Kommunikation an, mit und über die Hündin. Kinder lernen Grenzen und Regeln zu beachten und auf das Wohlbefinden des Tieres und ihr eigenes zu schauen.

An erster Stelle stehen die Sicherheit und die Unversehrtheit der Kinder und der Hündin. Dabei ist es besonders wichtig, dass sich Hündin und Kinder auf die Erzieherin einlassen können! Dies wiederum stärkt das Vertrauen bei allen Beteiligten. Smilla hat 2018 eine Ausbildung zum Therapie-Begleithund gemacht. Unter anderem sind Voraussetzungen für die Ausbildung eine hohe Stresstoleranz, Gehorsamkeit, Spaß am Spiel, keine Aggressionen gegenüber Menschen und anderen Hunden.

Smilla ist eine Bereicherung für alle Kinder im DRK-Kindergarten „Gänseblümchen“ in Neustadt/Orla, auch wenn sie manchmal „nur“ zum Streicheln da ist.

Therapie-Begleithund „Smilla“



© DRK e.V./J. F. Müller

Sommer, Strand – Sonnenstich?

Anhaltende Hitzewellen und kein kühler Niederschlag in Sicht – sehr heiße Sommer werden aufgrund der Klimakrise in Deutschland zum Normalfall. Während der Hitzewellen kommt es gehäuft zu hitzebedingten Notfällen.

„Die meisten von uns kennen wahrscheinlich das Gefühl, wenn die Hitze den Kreislauf belastet“, sagt Professor Bernd Böttiger, DRK-Bundesarzt und Direktor der Klinik für Anästhesiologie und Operative Intensivmedizin an der Uniklinik Köln. „Wir fühlen uns schlapp, sind blass, die Körpertemperatur steigt, der Puls wird schneller und der Blutdruck sinkt.“ Ursache für die sogenannte Hitzeerschöpfung ist der fehlende Ausgleich von Wasser- und Salzverlust im Körper. Ist das Ungleichgewicht besonders ausgeprägt, drohen noch schwerwiegendere Symptome. „Kommen Übelkeit und Erbrechen, hohes Fieber, Muskelkrämpfe, Verwirrtheit oder Bewusstseinsstörungen hinzu, handelt es sich um einen Hitzschlag und somit um einen medizinischen Notfall“, erklärt Professor Böttiger.

Zu den hitzebedingten Notfällen zählt außerdem der Sonnenstich. Strahlt die Sonne anhaltend auf einen wenig behaarten Kopf, kann es zu einer Reizung von Gehirn und Hirnhaut kommen. Wer sich ohne Kopfbedeckung länger der Sonne ausgesetzt hat, erkennt den Sonnenstich an Kopf- und Nackenschmerzen, Schwindel, Lichtempfindlichkeit, einem roten, heißen Kopf, Übelkeit und Erbrechen bis hin zu Bewusstseinsstörungen. „Die Symptome können zeitverzögert auftreten, bei Kleinkindern häufig

erst nach vier bis sechs Stunden“, betont Professor Böttiger. Was ist zu tun, wenn es einer Person hitzebedingt nicht gut geht? „Wir bringen die Person zunächst in den Schatten und lagern sie mit erhöhtem Oberkörper. Ist die Person bei Bewusstsein, können wir ihr ein leicht gekühltes Getränk reichen und feuchte Tücher auf Kopf und Nacken legen. Überflüssige oder beengende Kleidung sollte entfernt oder geöffnet werden“, erläutert Professor Böttiger.

Tritt keine schnelle Besserung ein oder kommt es zu Bewusstseinsstörungen, sollte der Notruf 112 gewählt werden. Bei Bewusstlosigkeit muss die betroffene Person in die stabile Seitenlage gebracht und die normale Atmung muss bis zum Eintreffen der Rettungskräfte kontinuierlich kontrolliert werden.

„Besonders gefährdet sind Säuglinge und Kleinkinder, ältere Menschen und Personen mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Auf sie sollten wir an heißen Tagen besonders Acht geben“, mahnt Professor Böttiger. Damit es erst gar nicht zu schwerwiegenden körperlichen Problemen kommt, gilt es vorzusorgen: Früh morgens und spät abends gut lüften, tagsüber die Wohnung verdunkeln, körperliche Anstrengung meiden, vermehrt Pause machen und UV-Schutz nutzen. Auch die Ernährung spielt eine Rolle: Es ist ratsam leichte Kost zu essen, viel zu trinken und auf Alkohol zu verzichten. Wie wäre es mit einem selbstgemachten, kühlen Eistee als Erfrischung?

Weitere Infos zum Hitzschlag und anderen Erste-Hilfe-Themen unter:
www.drk.de/hilfe-in-deutschland/erste-hilfe/

Erfrischender Eistee

Im Sommer ist es wichtig, viel zu trinken. Zwischendurch darf es auch mal ein Durstlöscher mit fruchtigem Geschmack sein. Der Minz-Limetten-Eistee ist optisch und geschmacklich ein Highlight und schnell zubereitet:

Vier Stiele Minze und 1 TL braunen Zucker mit 200 ml heißem Wasser aufgießen. Etwa sechs Minuten ziehen lassen.

Stiele aus dem Glas nehmen. Eine Bio-Limette mit heißem Wasser abspülen und halbieren. Eine Scheibe abschneiden, Limettenhälften auspressen. Limettensaft und nach Wunsch 1 EL Limettensirup mit dem Minztee verrühren und abkühlen lassen.

Zwei frische Minzstiele mit Limettenscheibe und ein paar Eiswürfeln ins Glas geben und mit dem Tee auffüllen.



© congerdesign/pixabay

Impressum

DRK-KV Saale-Orla e.V.

Redaktion:

Ralf Adam, Vorstandsvorsitzender
 Katrin Munzert, Assistentin Vorstand

Vi.S.d.P.:

Ralf Adam, Vorstandsvorsitzender

Herausgeber:

DRK-KV Saale-Orla e.V.
 Oschitzer Straße 1 | 07907 Schleiz
 03663 42110
www.drk-sok.de
info@drk-sok.de

Auflage:

2.400

Spendenkonto:

Bank für Sozialwirtschaft Köln
 IBAN: DE51 8602 0500 0005 3207 00
 BIC: BFSWDE33LPZ