

IM BLICKPUNKT

Mitgliederzeitung

20. Jahrgang | Auflage Nr. 67 | 2. Quartal 2023



Inhalt

03 Vorwort

04 - 07 Ehrenamt

Lehrgänge der Wasserrettung

Fackellauf nach Solferino

08 - 09 Senioren und Erste Hilfe

Ein neues Zuhause

Jubiläum

Erste Hilfe im Sommer

10 Amicus

Hilfe nach Brandstiftung

11 Migration

2. Platz für das DRK

Fairplay Soccer Tour

12 - 13 Kurzmeldungen

Rettungsschwimmkurs an der Berufsschule

Weltrotkreuztag in Stendal

Schüler backen für Senioren

Sommer, Sonne, gute Laune

Großes Kinderfest

Ein wunderschöner Frauen-Tag am Meer

14 Rotkreuz-Worträtsel

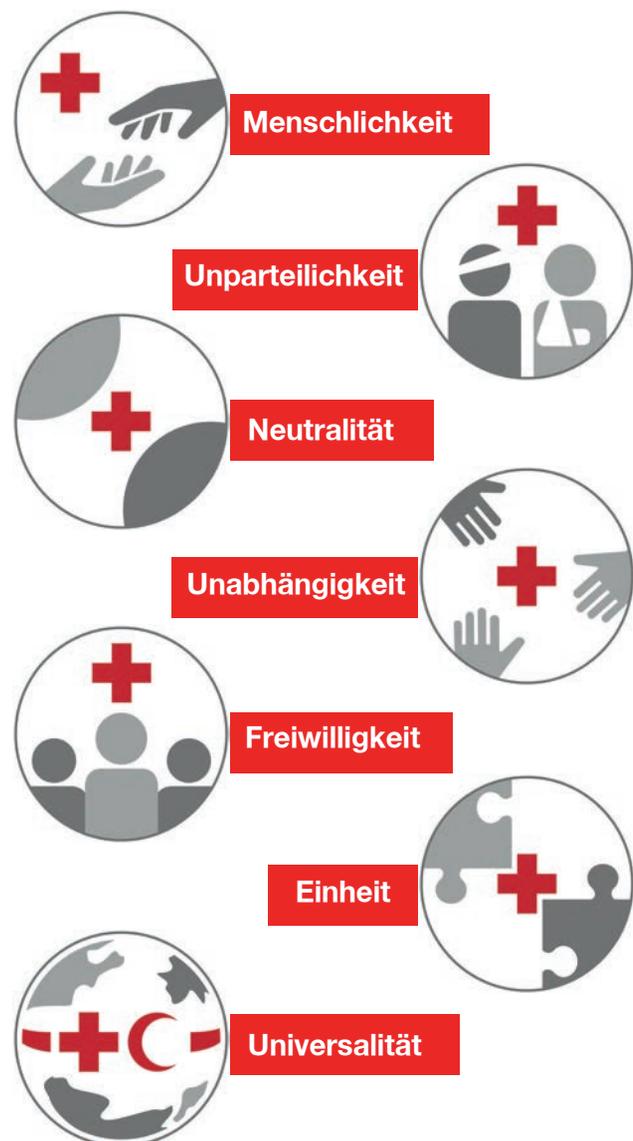
15 Blutspendetermine

Welche Spendenarten gibt es bei der Blutspende?

Aktuelle Blutspendetermine

16 Kontaktdaten

Die 7 Grundsätze



Die Online-Ausgabe unserer Mitgliederzeitung finden Sie auf unserer Internetseite:

www.drk-stendal.de/imblickpunkt

Liebe Leserinnen und Leser,

liebe Rotkreuzler

in den letzten Monaten hat der DRK Kreisverband Östliche Altmark e.V. wieder zahlreiche Aufgaben des Haupt- und Ehrenamtes gemeistert. Als langjähriger Vorstandsvorsitzender hat Frank Latuske sein Amt an mich übertragen. Ich freue mich, dass er auch weiterhin als Vorstandsmitglied dem DRK erhalten bleibt und wir uns gemeinsam den zukünftigen Herausforderungen stellen.

Im April beteiligten sich unsere Gemeinschaften am Fackellauf nach Solferino und erinnerten damit an die Anfänge der Rotkreuz- und Rothalbmondbewegung.

Im Mai haben Mitglieder unserer Wasserwacht an einem Lehrgang der Wasserrettung und Fließwasserrettung teilgenommen.

Das Senioren- und Betreuungszentrum "Am Schwanenteich" feierte in diesem Jahr sein 10-jähriges Bestehen. Im Juni gab es eine Feier für Bewohner, Gäste und Mitarbeiter.

In Tangermünde wurde der Ersatzneubau für das Pflegeheim "Goldener Herbst" fertiggestellt. Ende Juni erfolgte die feierliche Schlüsselübergabe. Für die Bewohner stand damit ein großer Umzug in ein neues Zuhause bevor.



Zum Weltrotkreuztag konnten wir wieder einen Infotag in der Stendaler Innenstadt veranstalten und über die Arbeit des Deutschen Roten Kreuzes und unseres Kreisverbandes informieren.

Die Bildungs- und Begegnungsstätte Amicus hat mit einer Spendenaktion eine Familie unterstützt und die Migrations- und Flüchtlingsberatung hat sich wieder an sportlichen Events beteiligt.

Viele Projekte und ehrenamtliche Tätigkeiten können nur mit Hilfe Ihrer DRK Fördermitgliedschaft umgesetzt werden. Für diese Unterstützung möchte ich mich bedanken. Auch das Engagement unserer vielen haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeitern verdient ein großer Dankeschön.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen und einen schönen Sommer.

Ihr Sven Theilemann
Vorstandsvorsitzender

Hilfe, die ankommt - Ihre Fördermitgliedschaft sichert die sanitätsdienstliche Versorgung bei regionalen Veranstaltungen ab, sorgt für ruhiges Fahrwasser der Wasserwacht und unterstützt Ehrenamtliche in den Ortsvereinen.

Lehrgänge der Wasserrettung

Mitglieder der Tangerhütter Wasserwacht absolvierten im Mai ein Lehrgangswochenende für Wasserretter und Fließwasserretter sowie eine weiterführende Ausbildung zum Seiltechniker in der Wasserrettung



Teilnehmer des diesjährigen Wasserretter-Lehrgangs der Wasserwacht

Auch in diesem Jahr führte der DRK Landesverband einen Lehrgang zum Wasserretter mit Zusatzqualifikation Fließwasserretter durch. Die Kreisverbände und die Ortsgruppen schickten ihre Teilnehmer aus dem gesamten Land Sachsen-Anhalt, auch zwei Gäste aus Berlin sowie sechs Teilnehmer von der Berufsfeuerwehr Halle waren darunter. Insgesamt 18 Teilnehmer machten den Kurs komplett.

Der Lehrgang erstreckte sich über das ganze verlängerte Wochenende um Christi Himmelfahrt. Der praktische Teil startete schon am 17.05.2023 mit der Anreise bis 18:00 Uhr und endete am 20.05.2023 um 16:00 Uhr. Im Vorfeld musste natürlich auch sehr viel Theorie durchgeführt werden, doch diese konnte Online stattfinden, so dass jeder Teilnehmer die Theorie von Zuhause aus genießen durfte. Die Auftaktveranstaltung zur Theorie begann bereits am 08.03.2023 und zog sich, einmal wöchentlich, bis zum praktischen Teil durch. Die Voraussetzungen für die Teilnahme an dem Lehrgang sind vielseitig und müssen im Vorfeld geschaffen werden. Der Teilnehmer muss

mindestens 16 Jahre alt sein, ein aktives Mitglied einer Wasserwachtgliederung, ein Rettungsschwimmer (mindestens Silber), ein Sanitäter, ein Rettungsschwimmer im Wasserrettungsdienst und ein guter Schwimmer sein. Erst wenn diese Voraussetzungen erfüllt sind, ist eine Teilnahme am Lehrgang möglich, denn die Ausbildung zum Fließwasserretter ist sowohl geistig und auch körperlich eine Herausforderung für jeden einzelnen Teilnehmer.



Der Lehrgang besteht aus mehreren Teilbereichen in Theorie und Praxis. Er beinhaltet die Notfallmedizin, das Einsatztraining Wasserretter und die Fließwasserrettung. Die Themenschwerpunkte waren unter anderem die Erste Hilfe bei Tauchunfällen, das Retten mit Motorrettungsboot und dem Raftingboot, die Seiltechniken wie Verankerungs- und Flaschenzug-Systeme, das Verhalten bei Einsätzen und Rettungen in fließenden Gewässern. Die Themen wurden in Komplexübungen zusammengefügt und trainiert.



Die gesamte Ausbildung fand im Süd-Osten von Sachsen-Anhalt statt. Untergebracht waren alle Teilnehmer und Ausbilder in Laucha an der Unstrut im Haus der Lüfte. Von dort aus ging es täglich zu den verschiedenen Ausbildungsplätzen wie zur Mühle Zeddenbach, zum Wildwasser-Strömungskanal in Sömmerda und zur Staustufe Naumburg. All diese verschiedenen Ausbildungsorte machten die Ausbildung vielseitig, abwechslungsreich und rundeten die anstrengenden Tage ab. Obwohl die Ausbildung anstrengend und herausfordernd war, konnten alle 18 Teilnehmer die Ausbildung erfolgreich abschließen.

Der DRK Kreisverband Östliche Altmark schickte mit Kathleen Steller als Teilnehmerin und Steffen Dongowski als Anwärter zum Landesausbilder Wasserretter aus der Wasserwacht Ortsgruppe Tangerhütte zwei Teilnehmer zum Lehrgang. Die beiden trotzten den Herausforderungen und konnten erfolgreich bestehen. Nun freut sich der Kreisverband und insbesondere die Wasserwacht Ortsgruppe Tangerhütte über die neuen Qualifikationen in den eigenen Reihen.

Doch damit war das Wochenende noch nicht abgeschlossen. Für die Landesausbilder ging es vom 20.05.2023 bis zum 21.05.2023 mit der weiterführenden Ausbildung weiter. Es musste noch der Lehrgang Seiltechniker abgeschlossen werden. Dieser dient der Weiterqualifizierung des Fließwasserretters, damit dieser jetzt auch die Berechtigung zum Aufbau und betreiben von Abseilstellen, von Flachseilbrücken in der Schräghangrettung hat. Wichtig zu erwähnen ist hier, dass er das Notverfahren zur Rettung aus dem Seil beherrscht. Dieser Lehrgang begann schon am Anfang des Jahres und wurde an verschiedenen Wochenenden und an verschiedenen Orten durchgeführt. Unter anderem in Burg und in Weißenfels, wo auch die Ausbilder mit ihren Wasserwachten beheimatet sind. Das ist einmal die Wasserwacht Burg mit Andreas Thiele und die Wasserwacht Weißenfels mit Thomas Kistner. Diese Tage waren der krönende Abschluss der gesamten Ausbildung zum Seiltechniker und endeten mit den Abschlussprüfungen. Auch hier konnten alle vier Teilnehmer bestehen.



Diese Qualifikation hat jetzt auch mit Steffen Dongowski Einzug in die Wasserwacht Ortsgruppe Tangerhütte erhalten. Die gesamte Wasserwacht des Kreisverbandes Östliche Altmark hat nun wieder einen bedeutenden Zuwachs an Qualifikationen erhalten und kann so die Qualität der Wasserrettung im Landkreis Stendal weiter steigern.

Besonderer Dank geht an alle Beteiligten, die diese Lehrgänge ehrenamtlich durchführen und ihre freie Zeit opfern, um anderen Menschen im Ernstfall retten und/oder helfen zu können.

Verfasst: Steffen Dongowski

Ehrenamt

Fackellauf nach Solferino

Licht der Hoffnung und Menschlichkeit wird durch Deutschland getragen. Auch dieses Mal beteiligte sich der DRK Kreisverband Östliche Altmark e.V. an der Aktion.



Im April erreichte die Fackel den DRK Kreisverband Östliche Altmark e.V.

Jedes Jahr erinnert das Italienische Rote Kreuz um den 24. Juni an die Anfänge der Rotkreuz- und Rothalbmondbewegung. Seit 1992 nehmen tausende Menschen aus der ganzen Welt am Fackellauf (ital. Fiaccolata) von Solferino nach Castiglione delle Stiviere teil. Auch das Deutsche Rote Kreuz erinnert an seine Wurzeln und beteiligt sich nach Art eines Staffellaufs an der Aktion.

In diesem Jahr startete das Licht der Hoffnung und Menschlichkeit am 9. Februar in Schleswig-Holstein. Jeder Landesverband hatte eine Woche Zeit die Fackel durch seine Region von Kreisverband zu Kreisverband weiterzureichen.

Im April erreichte die Fackel den Landesverband Sachsen-Anhalt e.V. und wurde auf dem Flughafen Leipzig/Halle an Landesgeschäftsführer Dr. Carlhans Uhle übergeben. Von dort wurde das Licht der Hoffnung und Menschlichkeit nach Magdeburg in die DRK Landesgeschäftsstelle gebracht.

In Magdeburg erfolgte die Übergabe an den DRK Kreisverband Östliche Altmark e.V. Die Rettungshundestaffel vertreten durch Tobias Gerlach und sein

Hannoveraner Schweißhund Scout nahmen die Fackel entgegen.

Mit dem Auto ging es dann in Richtung Altmark. Bevor das Ziel, die DRK Kreisgeschäftsstelle in Stendal erreicht wurde, wurde der Ortsverein Tangerhütte besucht. In Stendal nahm Vorstandsvorsitzender Frank Latuske die Fackel entgegen und machte in seiner Ansprache die Bedeutung dieser Aktion deutlich.

Im Anschluss übernahm das Jugendrotkreuz Stendal und gab die Fackel an den Kreisleiter der Sanitätsbereitschaft Friedhelm Cario weiter.

Am Stendaler Stadtsee wurde das Licht der Hoffnung und Menschlichkeit an die Wasserwacht Östliche Altmark weitergereicht. Auf dem SUP Board nahm Kreisleiterin der Wasserwacht Cornelia Bossert die Fackel gemeinsam mit den Ortsgruppen Havelberg, Tangerhütte und Stendal entgegen. Am nächsten Tag wurde die Fackel dann an den DRK Kreisverband Köthen weitergegeben.

Verfasst: Franziska Präbke



Ein neues Zuhause

80 Einzelzimmer mit eigenem Bad gibt es im neuen Tangermünder Altenpflegeheim "Goldener Herbst".



Offizielle Schlüsselübergabe des Altenpflegeheims "Goldener Herbst"

Nach 2 Jahren Bauzeit stand für die Bewohner und Mitarbeiter des Pflegeheims "Goldener Herbst" der große Umzug an. Wenige hundert Meter vom bisherigen Standort in der Heerener Straße entfernt, befindet sich nun das neue Zuhause der Seniorinnen und Senioren.

An drei Tagen fand der Umzug aller Wohnbereiche statt, der Dank der Unterstützung von Angehörigen, Mitarbeitern und Ehrenamtlichen reibungslos verlief.



Zur offiziellen Schlüsselübergabe kamen neben den bauausführenden Firmen, Banken und dem Planungsbüro auch der Tangermünder Bürgermeister Steffen Schilm und der 1. Beigeordnete des Landkreises Stendal Sebastian Stoll und sprachen ihre Glückwünsche aus. Die DRK Kinder- und Jugendhäuser "Anne Frank" begrüßten ihre neuen Nachbarn mit Liedern und Tänzen.



Im Anschluss konnten zahlreiche Besucher beim Tag der Offenen Tür einen Blick in die neuen Räumlichkeiten werfen.

Ende Juni, eine Woche nach dem Einzug wurde das Objekt feierlich an den Kreisverband übergeben.

Verfasst: Franziska Präbke

Senioren

Jubiläum



Das Senioren- und Betreuungszentrum "Am Schwanenteich" feierte in diesem Jahr sein 10-jähriges Bestehen. Im Juni trafen sich Bewohner, Mitarbeiter und Gäste zu einem gemeinsamen Nachmittag und es wurde auf das Jubiläum angestoßen.

Zu Beginn der Veranstaltung begrüßte DRK Vorstandsvorsitzender Sven Theilemann die zahlreichen Gäste. Er gab einen kurze Einblick in die Entstehung des Senioren- und Betreuungszentrums, welches für die Region nach wie vor ein einzigartiges Konzept darstellt. Auf dem ehemaligen Fabrikgelände entstand vor 10 Jahren in Zusammenarbeit mit der Stadt Stendal ein Betreuungskomplex aus stationärer Pflege, Betreuten Wohnen, Tagespflege und Sozialstation.



Die Kinder der Kita "Färberhof", welche bereits viele Feste und Begegnungen mit den Seniorinnen und Senioren begangen haben, präsentierten dem Publikum ein kleines Musical aus Musik und Tanz. Danach gab es für alle Kaffee und Kuchen. Maria Hellge führte mit ihrer Musik durch den Nachmittag. Ein kleines Programm hatten sich auch das Pflegepersonal und die Tagespflegegäste überlegt und führten einen Sitztanz auf.

Verfasst: Franziska Präbke

Erste Hilfe

Erste Hilfe im Sommer

vorbeugende Maßnahmen

- Dauer der Sonneneinwirkung begrenzen
- lange Aufenthalte in der Sonne zur Mittagszeit vermeiden
- Kinder nicht in der Sonne spielen lassen
- Kopf- und Nackenbedeckung verwenden
- Kleinkinder nur mit Kopfbedeckung der direkten Sonne aussetzen
- Säuglinge keine direkte Sonne aussetzen
- ausreichend trinken, z.B. Wasser, Früchtetees

Sollten Personen dennoch einen **Sonnenstich** (hochroter Kopf, Erbrechen/Übelkeit, Kopfschmerzen, Schwindel), eine **Hitzerschöpfung** (Blässe, starkes Schwitzen, kalter Schweiß, Schwindel, schneller, schwacher Puls) oder einen **Hitzschlag** (hochroter Kopf, hohe Körpertemperatur, stechender Kopfschmerz, Übelkeit/Erbrechen, kein Schwitzen) erleiden, muss ihnen schnell geholfen werden.



Erste Hilfe Maßnahmen

- Person in den Schatten bringen
- überflüssige Kleidung ausziehen
- Person mit leicht erhöhtem Oberkörper lagern
- Kopf mit feuchten Tüchern kühlen
- bei Hitzschlag eventuell Wadenwickel
- Person betreuen und beobachten
- ggf. Notruf 112 veranlassen
- ständig Bewusstsein und Atmung kontrollieren
- bei Bewusstlosigkeit mit normaler Atmung: stabile Seitenlage

Verfasst: Eylene Bredin, Franziska Präbke

Hilfe nach Brandstiftung

Amicus hilft Familie mit Crowdfunding-Kampagne



Freuen sich über die Hilfe - Rokaja, Mariam und Youssef

In der Stendaler Plattenbausiedlung in der Stadtseeallee, in welchem sich auch unser Amicus befindet, gab es in den letzten 5 Jahren 8 Mal einen Brand im Hausflur und Keller. Die Situation, welche alle Bewohner:innen schon seit geraumer Zeit in Angst und Schrecken versetzt, geht uns - auch als Betroffene - sehr nah. Wir kennen 4 Familien aus dem Hauseingang durch Teilnahme ihrer Kinder an unseren Kursen, bzw. der Eltern am Sprachkurs und alle haben uns zu verstehen gegeben, dass sie Angst haben, auch oder wieder ihr letztes Hab und Gut zu verlieren.

Eine Familie und deren Kinder sind besonders betroffen. Zweimal wurde ihr Kinderwagen angezündet und zuletzt der Keller. Youssef (6), Rokaja (4) und Mariam (4 Monate) haben vieles dadurch verloren. Der letzte Brand zerstörte in ihrem Keller u.a. Kisten mit all ihren Sommersachen und ihren Fahrrädern. Die Familie lebt seit 2016 in Stendal und befindet sich im Einbürgerungsprozess. Der Papa arbeitet bei einem Versanddienstleister, die Mama ist in Elternzeit und 2 Kinder besuchen gern den hiesigen Kindergarten. Eine schnelle und unbürokratische Hilfe war für die Kinder wichtig.

Aus diesem Grund hatte ich mich entschieden, eine Crowdfunding-Kampagne über gofound.me zu initiieren.

Eine Spenderin hat den Einkauf von Kindersachen in mehreren Geschäften bezahlt, die Schulmappe mit Turnbeutel und Federtaschen für Youssefs diesjährige Einschulung wurde von Herrn Mahlich (Stendaler Bürofachhaus - Büro und Papier Handels GmbH) gespendet und die Kinder haben im DRK Amicus Möglichkeiten zur Teilnahme an erlebnispädagogischen Bewegungsaktivitäten erhalten. Mit dem in der Kampagne gesammeltem Geld werden die Eltern Kinderfahrräder und Helme kaufen. Über das Patenschaftsprogramm "Menschen helfen Menschen" werden sukzessive noch weitere Kinderkleidungsstücke bezahlt. Fast 1.000 Euro sind zusammengekommen.

Youssef, Rokaja, Mariam und ihre Eltern haben sich sehr gefreut und danken auf Herzlichste allen Spender:innen. Jeder Euro hat geholfen.

Ein herzliches Dankeschön an jede:n Unterstützer:in!

Verfasst: Ines Ranke

Migration

2. Platz für das DRK

Zwei Mannschaften des DRK traten beim Behörden-volleyballturnier der Hansestadt Stendal an. Organisiert wurde das sportliche Ereignis von der Stendaler Wohnungsbaugenossenschaft (SWG) und der DIEPA Personal GmbH.

Die Teams traten im Amateur- und Profibereich gegeneinander an. Gespielt wurde in der Stendaler Sporthalle Haferbreite. Die Spieler der beiden DRK Teams kamen aus Afghanistan, Syrien, Türkei und Deutschland. Zur Vorbereitung auf das Turnier hatten die Spieler bereits im Vorfeld fleißig trainiert.

Die Amateurmansschaft schaffte es bis ins Finale. Dort traten sie gegen die Kita "Märchenland", Mercer Stendal und dem Winckelmann-Gymnasium an und belegten den 2. Platz. Zur Siegerehrung überreichte der Stendaler Oberbürgermeister Bastian Sieler Urkunden und Pokale an die Mannschaften.



Das Team war stolz und glücklich über den 2. Platz und die damit verbundene Anerkennung ihrer sportlichen Leistung. Im nächsten Jahr streben sie den Siegerpokal an.

Verfasst: Franziska Präbke

Migration

Fairplay Soccer Tour

Am 26. April fand in der Lindensporthalle in Osterburg das große Fairplay-Fußballturnier statt. Insgesamt 57 Mannschaften aus dem Landkreis Stendal nahmen an dem Event teil.

Anke Hartel und Christine Zacharias von der DRK Migrationsberatung unterstützten gemeinsam mit Trainer Antonio Malulele (Netzwerk Integration durch Sport) zwei Mannschaften. Die 12- und 13-jährigen Jungen mit afghanischen und bosnischen Wurzeln kämpften sich bis ins Viertelfinale.



Die Kinder konnten das erste Mal Turnier Erfahrung sammeln. Es wurde ohne Torwart gespielt und Ziel war es fair miteinander umzugehen. Die Spieler waren angehalten ihre Fouls selbst anzuzeigen.

Am Ende kürte der Osterburger Bürgermeister Nico Schulz die Sieger, welche sich für das Bundesfinale in Prora qualifiziert haben.



Verfasst: Franziska Präbke

Rettungsschwimmkurs in der Berufsschule

Schülerinnen und Schüler vom Berufsschulzentrum Stendal haben in den letzten Monaten einen Lehrgang für Rettungsschwimmer absolviert. Nach der Corona-Pandemie konnte der Kurs in diesem Jahr wieder als Sportkurs im beruflichen Gymnasium angeboten werden.



Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der 12. und 13. Klassen trainierten dafür im Stendaler Sport- und Freizeitbad Altmark Oase. Susanne Plönnigs von der Wasserwacht Östliche Altmark bildete die neuen Rettungsschwimmer aus. Unterstützung erhielt sie dabei von Eylene Bredin, die die Erste Hilfe Themen vertiefte.

Nach der Prüfung konnten 4 Mal Bronze und 7 Rettungsschwimmabzeichen in Silber an die Schülerinnen und Schüler vergeben werden. 5 Rettungsschwimmer arbeiten bereits neben der Schule in den umliegenden Schwimmbädern.

Verfasst: Franziska Präbke

Weltrotkreuztag in Stendal

Im Mai veranstaltete der Kreisverband auf dem Stendaler Winckelmannplatz einen Infotag. Besucher konnten sich über die haupt- und ehrenamtliche Arbeit beim DRK informieren. Für das leibliche Wohl hatten die Einrichtungen leckere Kuchen gebacken und Ehrenamtliche der Verpflegungsgruppe versorgten alle mit Kaffee und Tee. An der Malstraße konnten Kinder ihre eigenen Buttons kreieren.

Highlight war die Theateraufführung "Rumpelstilzchen mal anders" von den Bewohnern des Wohnheims Kehnert, welches für viele Lacher beim Publikum sorgte. Großen Applaus gab es auch für die Mädchengruppe der Kinder- und Jugendhäuser "Anne Frank", die zu Liedern von Mark Forster und Ava Max ihre Tänze präsentierten.

Ein Dankeschön geht an alle Besucher, die mit einer Spende die Arbeit des Ehrenamtes unterstützt haben.



Verfasst: Franziska Präbke

Schüler backen für Senioren



Anfang Juli versüßten Schüler des Gymnasiums Osterburg den Senioren des Altenpflegeheims in Seehausen den Nachmittag. Die Elftklässler hatten Kuchen gebacken und verteilten die süßen Leckereien an die Bewohner, die sich bei der großen Auswahl kaum entscheiden konnten.

Verfasst: Franziska Präbke

Sommer, Sonne, gute Laune

Die Tagespflege "Am Stadtgraben" in Seehausen feierte im Juni ihr Sommerfest. Am Mittag wurde draußen gegrillt und das Beisammensein genossen.

Es gab eine kleine Cocktailbar mit verschiedenen Angeboten für die Tagespflegegäste und als Höhepunkt kam Torsten Ladwig zu Besuch, der die Gäste und das Pflegepersonal mit seiner Comedy-Show "Lotte kommt" zum Lachen brachte. Am Nachmittag gab es warmen Apfelstrudel mit Vanilleeis und mit schönen Gesprächen ließen alle das gemeinsame Fest ausklingen.

Verfasst: Christina Bischof, Franziska Prábke



Großes Kinderfest

In den Kinder- und Jugendhäusern "Anne Frank" in Tangermünde und Tangerhütte wurde gefeiert. Kinder und Erzieher präsentierten den Gästen ein buntes Programm aus Gesang, Tanz, einer Zaubershow und die Erzieher führten ein Märchenstück auf. Anschließend gab es Kuchen und einige Spielstationen zu entdecken.

Verfasst: Franziska Prábke

Ein wunderschöner Frauen-Tag am Meer

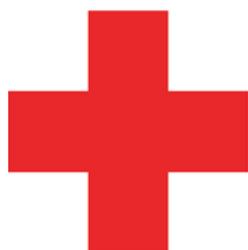
In unserem Frauensprachkurs hatten wir seit Wochen eine neue Bildungsreise nach Wismar geplant. Alle Frauen bekamen im Vorfeld Aufgaben, jede Kleingruppe arbeitete diese aus und präsentierte sie der Gruppe: Geschichte der Stadt, Fahrverbindungen, Sehenswürdigkeiten, Soziales Leben.

Zuerst besichtigten wir die Marienkirche und erlebten eine 3-D Präsentation über den Bau und die Geschichte der Kirche. Danach ging es zum Alten Hafen. Dort konnten wir auch in einem Cafe mit toller Aussicht Kaffee trinken. Danach ging es mit dem Bus zum einzigen Strand Wismars und wir liefen die Seebrücke entlang. Im Anschluss daran fuhren wir in die wunderschöne alte Innenstadt zu einem Rundgang und ein wenig bummeln.



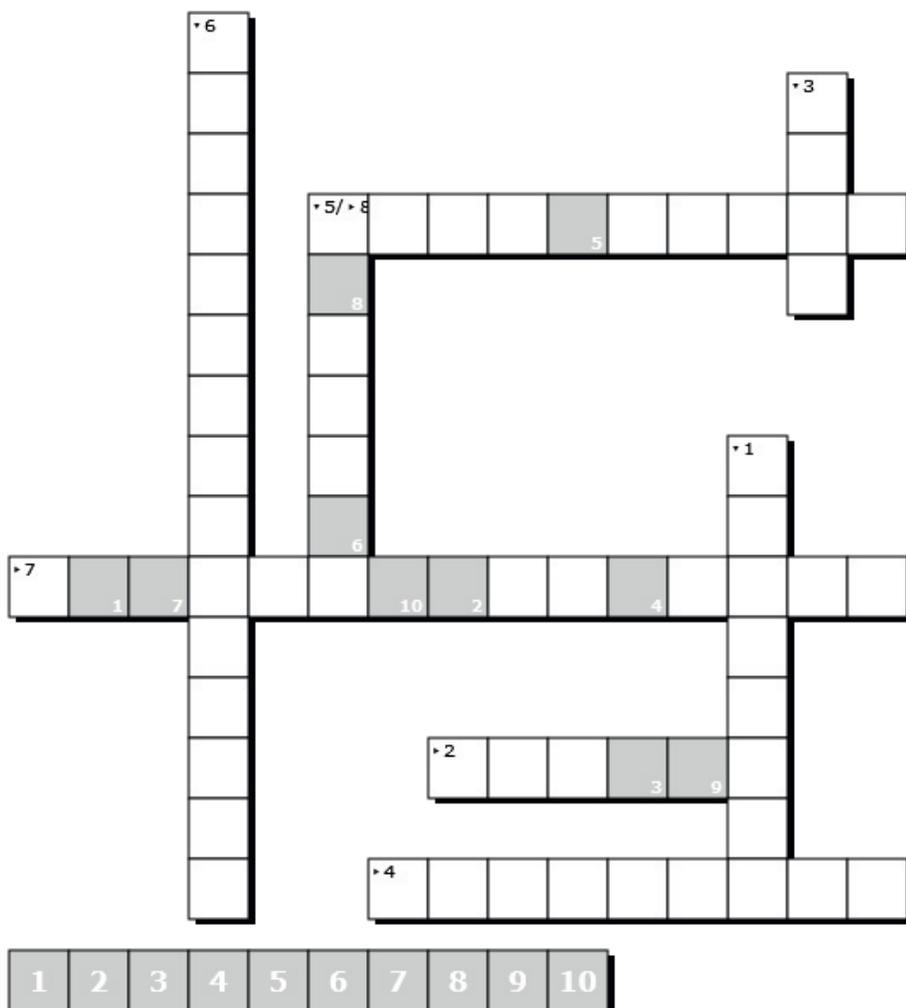
Es war eine lustige Reise mit allen Frauen, die uns vieles Neues, Erfahrung und Energie gegeben hat. Gleichzeitig war es auch eine kleine Erholungsauszeit von der Familienarbeit. Wir danken Frau Ranke vom Amicus und dem Patenschaftsprogramm "Menschen stärken Menschen" für diese Möglichkeit. Wir möchten selbständig noch viele Städte kennenlernen.

Verfasst: Ahlam Saeb, Hiba Abu Khurj, Rhaf Obaid (Teilnehmerinnen des Frauenkurses im Amicus)



Rotkreuz-Worträtsel

Machen Sie mit und gewinnen Sie kleine Preise!



- 1. Stendaler See
- 2. DRK Bildungs- und Begegnungsstätte
- 3. Sommermonat
- 4. Symptom beim Sonnenstich
- 5. Eissorte
- 6. Was wird am 8.Mai gefeiert?
- 7. Ausbildungsberuf beim DRK
- 8. Ballsportart



Erstellt mit XWords - dem kostenlosen Online-Kreuzworträtsel-Generator
<https://www.xwords-generator.de/de>

Es warten attraktive Preise auf die Gewinner!

Lösungswort bis 31.08.2023 an

DRK Kreisgeschäftsstelle, Moltkestraße 33, 39576 Stendal
Stichwort: "Rotkreuz-Worträtsel"

Sagen Sie uns Ihre Meinung

Wie finden Sie die Mitgliederzeitung? Schreiben Sie uns! Welche Themen interessieren Sie? Wir freuen uns über Ihre Antwort.

DRK Kreisgeschäftsstelle
Moltkestraße 33
39576 Stendal
z.Hd.: Öffentlichkeitsarbeit

Welche Spendearten gibt es bei der Blutspende?

Jeder Mensch hat ungefähr fünf Liter Blut in seinem Körper, welches aus mehreren Blutbestandteilen besteht. Spenden kann man entweder Vollblut oder die einzelnen Blutbestandteile Blutplasma und Thrombozyten.



Die Vollblutspende

Diese Art gibt es am häufigsten, da sie in der Regel auch bei der Erstspende ohne Probleme vertragen wird. Zudem kann durch die Blutspende sogar bis zu drei Menschen geholfen werden, weil Empfänger ganz gezielt die Komponenten des Blutes erhalten, die sie benötigen.

In nur 5 – 10 Minuten wird ein etwa halber Liter Blut über die Armvene entnommen und bei der anschließenden Verarbeitung in die verschiedenen Bestandteile (Erythrozyten, Thrombozyten und Blutplasma) aufgeteilt.



Die Thrombozytenspende

Bei der Thrombozytenspende wird Blut entnommen und gleich neben der Spenderliege mit Zellseparatoren in seine einzelnen Bestandteile aufgetrennt. Es werden nur die Blutplättchen (Thrombozyten) entnommen, alle anderen Bestandteile erhält der Spender noch während des Spendevorgangs wieder zurück. Insgesamt dauert die Spende etwa 60 – 90 Minuten.

Da der Körper bei dieser Form nur die entnommenen Blutbestandteile ersetzen muss, ist die Thrombozytenspende, genau wie die Plasmaspende, ein sehr schonendes Verfahren. Fortlaufend ist eine Spende alle zwei Wochen und innerhalb von

12 Monaten maximal 26 Mal möglich. Spender sollten vorher mindestens ein Mal an einer Vollblutspende teilgenommen haben. Da diese Form der Spende besonders aufwändig ist, gibt es eine Aufwandsentschädigung. Thrombozyten können nur in speziellen stationären Spendezentren gespendet werden.



Die Plasmaspende

Bei der Plasmaspende wird Blut entnommen und wie bei der Thrombozytenspende gleich neben der Spenderliege mit Zellseparatoren in seine einzelnen Bestandteile aufgetrennt. Es wird nur die Blutflüssigkeit (Plasma) entnommen, alle zellulären Blutbestandteile erhält der Spender noch während des Spendevorgangs wieder zurück. Insgesamt dauert die Spende etwa 45 – 60 Minuten.

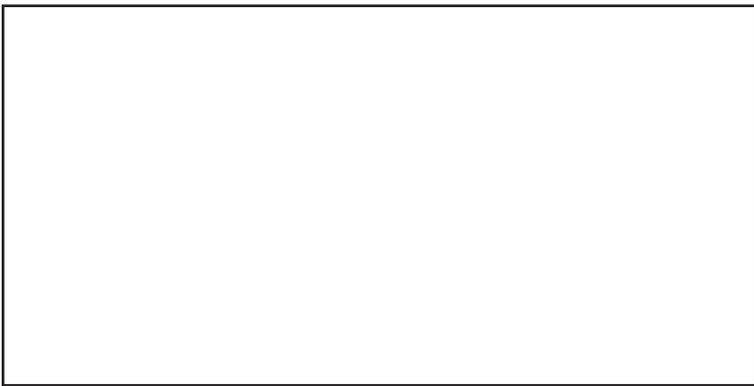
Da der Körper bei dieser Form nur die Blutflüssigkeit und die darin enthaltenen Substanzen nachbilden muss und dieses wesentlich schneller verläuft als die Neubildung der Zellbestandteile, ist eine Plasmaspende bis zu 60 Mal innerhalb von 12 Monaten möglich. Spender sollten vorher mindestens ein Mal bei einer Vollblutspende teilgenommen haben. Da diese Spende besonders aufwändig ist, gibt es eine Aufwandsentschädigung. Plasma kann nur in speziellen stationären Spendezentren gespendet werden.

Eine Information der DRK-Blutspendedienste

Alle Blutspendetermine in Ihrer Region finden Sie unter www.blutspende-leben.de oder Sie nutzen gleich den QR Code und schauen, welcher Blutspende-Termin demnächst in Ihrer Nähe stattfindet.



Spenden Sie Blut beim **Deutschen Roten Kreuz**



**Altenpflegeheim "Goldener Herbst" und Tagespflege
Tangermünde**
039322 | 25 91

**Senioren- und Betreuungszentrum "Am Schwanenteich"
Stendal Stationäre Hausgemeinschaft**
03931 | 58 99 11 31

Betreutes Wohnen und Senioren-WG Stendal
03931 | 58 99 11 20

Betreutes Wohnen "Haus Sorgenfrei" Osterburg
03937 | 29 23 228

Betreutes Wohnen "An der Wallpromenade" Osterburg
03937 | 20 39 952

Bildungs- und Begegnungsstätte Amicus Stendal
03931 | 51 98 87

Kita "Sonnenschein" Osterburg
03937 | 80 27 5

Kita "Columbus" Stendal
03931 | 58 98 886

Kita "Dorfkind" Hohenberg-Krusemark
039394 | 81 46 2

Kita "Sausewind" Tangermünde
039322 | 46 49 99

**Kinder- und Jugendhäuser "Anne Frank"
Tangermünde und Tangerhütte**
039322 | 72 21 10

**Wohnheim "Julianenhof" (für mehrfach geistig und
körperlich behinderte Kinder und Jugendliche) Havelberg**
039387 | 72 89 80

**Wohnheim "Am Seeberg" (für Menschen mit
Alkoholfolgeerkrankungen) Kehnert**
039366 | 216

Elbe-Havel-Werkstätten gGmbH Schönhausen
039323 | 84 40

Erste Hilfe Kurse (Onlineanmeldung)
www.drk-stendal.de

Blutspendetermine
www.drk-blutspende.de

Impressum

Herausgeber
DRK Kreisverband Östliche Altmark e.V.
Moltkestraße 33
39576 Hansestadt Stendal
Verantwortlich für den Inhalt:
Vorstandsvorsitzender Sven Theilemann
Redaktion, Layout & Umsetzung: Franziska Präbke

Druck FLYERALARM GmbH
Alfred-Nobel-Str. 18, 97080 Würzburg

Wichtige Rufnummern

DRK Kreisverband Östliche Altmark e.V.
03931 | 64 65 0

Mitgliederbetreuung und Ehrenamtskoordination
03931 | 64 65 33

Öffentlichkeitsarbeit
03931 | 64 65 44

Sonderfahrdienst GmbH (Privat und Krankenfahrten)
03931 | 64 65 39

Beratungs- und Interventionsstelle Miß-Mut
03931 | 21 02 21 und 03931 | 70 01 05

Migrationsberatung
03931 | 64 65 19

Senioren Begegnungsstätten
Havelberg 039387 | 207 30
Seehausen 039386 | 75 52 5
Tangerhütte 03935 | 28 334

Sozialstation Osterburg
03937 | 89 05 2

Sozialstation und Tagespflege Stendal
03931 | 64 63 0

Sozialstation und Pflegepension Tangerhütte
03935 | 92 73 6

Sozialstation und Tagespflege Seehausen
039386 | 580 921

Tagespflege Osterburg
03937 | 20 39 955

Tagespflege Hohenberg-Krusemark
039394 | 939 914

Seniorenberatung
03931 | 58 98 795

**Altenpflegeheim "Haus Sorgenfrei"
und Betreutes Wohnen Osterburg**
03937 | 29 23 0

Altenpflegeheim "Am Kaland" Seehausen
039386 | 93 0