



# rotkreuz

## Nachrichten

Ihr Mitgliederbrief Mai 2024



### UNSERE THEMEN

- Feiern, Fordern, Fördern – 60 Jahre Freiwilligendienste beim DRK
- Neues aus unserer Begegnungsstätte
- Klimaschutz und Nachhaltigkeit im DRK
- Die 10 neuen Baderegeln für sicheren Wasserspaß

## Liebe Leserinnen, liebe Leser,

das ist doch selbstverständlich“ – so oder ähnlich antworten viele in unseren DRK-Teams, wenn ich mit ihnen über ihre beeindruckende Arbeit spreche. Für sie ist es ganz normal, Hilfsbedürftigen beizustehen, sich in der Freizeit für andere einzusetzen – „keine große Sache“, sagen sie. Umso wichtiger ist es mir, dieses Engagement bei jeder passenden Gelegenheit zu loben. Unsere Gesellschaft kann auf die Bedeutung dieser uneigennütigen Hilfe gar nicht oft genug hinweisen, und zwar nicht nur am Weltrotkreuztag, den wir jetzt wieder feiern.

Dass die Rotkreuz-Idee schon seit so vielen Jahrzehnten Bestand hat, bestätigt mich immer wieder. Gerade in Krisenzeiten zeigt sich, dass wir gemeinsam gut vorbereitet sind. Wir haben trainiert und trainieren weiter regelmäßig, dass wir selbst in extremen Situatio-

nen helfen können. Selbst dann, wenn mehrere Ausnahmeeignisse zusammenfallen. Wir können uns aufeinander verlassen – und darauf vertrauen ganz viele Menschen in unserer direkten Nachbarschaft und überall auf der Welt. Mich macht das stolz, denn selbstverständlich ist das eben nicht.

Mit Blick auf den nahenden Sommer wünsche ich mir, dass wir mit neuer Energie weitermachen. Es gibt so viel zu tun, und wir werden umso mehr gebraucht. Gemeinsam können und dürfen wir zuversichtlich sein.

Herzliche Grüße Ihre  
Regina Schneider  
Geschäftsführerin

# Feiern, Fordern, Fördern: 60 Jahre Freiwilligendienste

Das Freiwillige Soziale Jahr feiert 2024 deutschlandweit sein 60-jähriges Bestehen. Auch in Brandenburg gibt es zum Jubiläum eine Feier, an der sich Träger der Freiwilligendienste (FWD) wie der DRK-Landesverband Brandenburg e.V. beteiligen. Die Feierlichkeiten fallen mitten in eine Zeit, in der die Freiwilligendienste immer wieder um ihre ausreichende Refinanzierung bangen müssen.

Ein Jahr freiwilliger Einsatz im Dienste der Zivilgesellschaft: Zahlreiche junge Menschen tun genau dies jedes Jahr mit einem Freiwilligen Sozialen Jahr (FSJ) oder einem Bundesfreiwilligendienst (BFD). Diese Möglichkeit des bürgerschaftlichen Engagements gibt es in Deutschland seit genau 60 Jahren: Am 1. April 1964 trat das „Gesetz zur Förderung eines freiwilligen sozialen Jahres“ in Kraft.

Entstanden war die Idee eines Jahrs des freiwilligen Engagements in den 1950er Jahren bei der Diakonie. Seit dem offiziellen Start 1964 bietet auch das Deutsche Rote Kreuz ein Freiwilliges Soziales Jahr an. Der DRK-Landesverband Brandenburg e.V. ist seit 2001 Träger des FSJ.

## Feier zum 60-jährigen Bestehen

Gemeinsam mit weiteren Trägern des FSJ in Brandenburg veranstaltet der DRK-Landesverband Brandenburg e.V. am Donnerstag, 16. Mai, im Sozialpädagogischen Fortbildungsinstitut Berlin-Brandenburg in Glienicke eine Feier zum 60-jährigen Bestehen des FSJ. Eingeladen sind Vertreter\*innen der Träger, Einsatzstellen, Freiwilligen und aus der Politik. Im Zentrum der Veranstaltung steht der Austausch über aktuelle Themen der Freiwilligendienste wie Diversität, politische Wirksamkeit und Engagement von jungen Menschen heute. Bei Workshops und einer Podiumsdiskussion wird es auch um die Zukunft und die Finanzierung des FSJ gehen.

## DRK fordert: Mehr statt weniger Geld

Um die Finanzierung mussten Träger wie das DRK zuletzt immer wieder bangen: Im Frühjahr 2023 hatte die Bundesregierung angekündigt, die Mittel für die FWD angesichts der angespannten Haushaltslage drastisch zu reduzieren. Träger reagierten empört: Durch die Kürzungen würden zahlreiche FWD-Stellen wegfallen – damit gäbe es weniger Chancen für junge Menschen und eine große Lücke beim Einsatz für das gesellschaftliche Miteinander. Das DRK for-



© DRK-Landesverband Brandenburg e.V.

Auf geht's in ein aufregendes Jahr voller wertvoller Erfahrungen und Begegnungen: Auftaktveranstaltung des Freiwilligendienst-Jahrgangs 2022/23 beim DRK-Landesverband Brandenburg e.V.

derte in der Folge, die Förderung aus- statt abzubauen und bestehende Strukturen zu stärken, um die FWD für mehr junge Menschen attraktiver und überhaupt erst bekannt zu machen.

Die Petition „FWD stärken“ des Bundesarbeitskreises FSJ, Demonstrationen sowie gezielte Öffentlichkeitsarbeit der Träger erzeugten den erwünschten Druck: Die geplanten Kürzungen für die Freiwilligendienste im Haushaltsjahr 2024 wurden zurückgenommen. Der Bundeshaushalt 2024 stellt sogar zusätzliche Mittel für die FWD in Aussicht.

Allerdings: Die Bundesregierung plant ihren Haushalt in Kalenderjahren. Die Freiwilligendienstjahrgänge starten aber in der Regel im September eines Jahres und enden im Sommer des Folgejahres. Für den DRK-Landesverband Brandenburg e.V. als Träger bedeutet dies: Planungsunsicherheit für den Jahrgang 2024/25, da bislang nur die Haushaltsplanung für 2024 feststeht. Für 2025 sind die Fördermittel noch nicht gesichert (Stand 1. März 2024).

## Träger fordern Landesförderung

Als Teil des Landesarbeitskreises Freiwilligendienste Brandenburg fordert der DRK-Landesverband Brandenburg e.V. außerdem eine zusätzliche Förderung auf Landesebene. „Freiwilligendienstleistende in Brandenburg erhalten für ihr Vollzeit-Engagement ein Taschengeld von gerade mal 350 Euro. Das ist zu wenig“, sagt Kristina

Valente, Teamleiterin Freiwilligendienste beim DRK-Landesverband Brandenburg e.V. „Wer nicht mehr bei seinen Eltern wohnt oder von diesen finanziell unterstützt wird, kann sich einen Freiwilligendienst schlichtweg nicht leisten und verzichtet deshalb auf ein Jahr des freiwilligen Einsatzes – und auf die Möglichkeit, sich auf diese Weise persönlich weiterzuentwickeln. Es braucht eine zusätzliche Landesförderung für einen zukunftsfähigen Freiwilligendienst in Höhe von 550 EUR pro Platz und Monat“, betont sie.

Mit der Landesförderung soll nicht nur das Taschengeld aufgestockt werden. Die Mittel werden auch für die pädagogische Arbeit der Träger benötigt.

Der aktuelle Jahrgang der Freiwilligen beim DRK-Landesverband Brandenburg zählt gut 150 junge Menschen. Mit einer Landesförderung und der langfristig gesicherten Finanzierung auf Bundesebene könnten es bald sehr viele mehr sein.

**Info: Die Freiwilligendienste werden gefördert vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, vom Ministerium für Bildung, Jugend und Sport des Landes Brandenburg und vom Europäischen Sozialfonds der EU. Mehr Informationen zum Freiwilligendienst beim DRK in Brandenburg gibt es hier: [www.drk-brandenburg-freiwilligendienste.de](http://www.drk-brandenburg-freiwilligendienste.de).**

# NEUES aus unserer Begegnungsstätte

Das Neue Jahr 2024 brachte bis jetzt jeden Monat „neues Leben in unsere gute Stube“ und im Folgenden stellen wir Ihnen kurz unsere Angebote vor. Es ist eine gute Mischung aus eigenen Veranstaltungen durch den DRK Kreisverband Forst Spree-Neiße e.V. und externen Anbietern, die unsere Räumlichkeiten nutzen, um den Menschen aus Forst (Lausitz) einen schönen Raum für gemeinsame soziale Stunden zu bieten.

**Januar: Das Sprechcafé** – Jeden Mittwoch treffen sich von 15 bis 17 Uhr zugewanderte Menschen aus verschiedenen Nationen in unserer Begegnungsstätte, um mit vielen freiwilligen und ehrenamtlich deutschsprachig Engagierten zu sprechen. Bei Kaffee und selbstgebackenem Kuchen oder auch mitgebrachten Spezialitäten aus den Herkunftsländern wird mit Hilfe von zumeist (Sprech-) Memorykarten eifrig und mit viel Freude Deutsch gesprochen. Aber es werden auch „Hausaufgaben“ aus Sprachkursen gemeinsam bearbeitet. Es entstehen richtig gute Bekanntschaften, viel Verständnis füreinander und ein guter Schritt für eine funktionierende Integration. Das Sprechcafé wird organisiert und durchgeführt durch den CSD Cottbus e.V.

**Februar: Unser Soziales Nähstübchen** geht mit neuer ehrenamtlicher Besetzung frisch an den Start – Eine gelernte Schneiderin aus Kuba, unsere Estela, ist die neue Ehrenamtliche, die mit viel Können, aber vor allem mit noch mehr Herzblut und Freude immer mittwochs von 9:30 bis 12:00 Uhr das soziale Angebot „Nähstübchen“ alle Bürgerinnen und Bürgern öffnet: Menschen aus der Stadt, die in ihrem Alltag über geringe finanzi-



DAS Freitags-Frühstück

elle Mittel verfügen, können sich kostenfrei\* Kleidung oder Haushaltstextilien ändern oder reparieren lassen. Eine besondere Einladung gilt aber obendrein auch allen Menschen, die selbst an einer Nähmaschine arbeiten möchten, denen aber das Wissen-wie fehlt oder gar die Nähmaschine selbst, dann werden sie durch Estela angeleitet oder unterstützt. Ein nettes Gespräch und ein offenes Ohr gibt es obendrein dazu.

\*Lediglich besondere Materialien, wie Reißverschlüsse etc. müssen unsere Besucherinnen und Besucher selbst mitbringen. Wir freuen uns über Spenden.

**März: Das Freitags-Frühstück** – Mit dem internationalen Frauentag starteten wir ein ganz neues Angebot: „Das ist doch auch mal schön, sich einfach an einen gedeckten Tisch zu setzen.“, mit dieser Aussage einer Dame beim Briesniger Neujahrsfrühstück, welches durch uns über das Förderprojekt „Pflege vor Ort“ initiiert wurde, entstand die Idee,

genau dieses Gefühl den Menschen vor Ort regelmäßig zu geben. In Gemeinschaft an einem liebevoll gedeckten Frühstückstisch ins Wochenende zu starten, wurde sofort gut von Menschen angenommen. Anfänglich waren es vor allem Frauen, die sonst allein zu Hause wären, doch schon nach dem dritten Frühstück, gesellten sich auch einige Herren an unsere gedeckte Tafel.

**April: Yoga auf und mit dem Stuhl** – Unter der Verantwortung und Anleitung durch den zertifizierten Yogalehrer Herrn Baden findet ab April ein ganz besonderer Yoga-Kurs jeden Donnerstag um 10 Uhr in den Räumen unserer Begegnungsstätte statt: Yoga auf und mit dem Stuhl ist ein sanftes Yoga, das für jedermann und Frau geeignet ist.

**DRK Begegnungsstätte**  
**Otto-Nagel-Str. 4a**  
**03149 Forst (Lausitz)**  
**Telefon 03562 6999705**

## Klimaschutz und Nachhaltigkeit im DRK



Mit dem DRK-Klimaprogramm fördert der Bundesverband des Deutschen Roten Kreuzes Aus diesem Programm erhielten wir für das Altenpflegeheim „Haus Am Rosengarten“ im Max-Mattig-Weg Fördermittel zur Klimaanpassung. Damit konnten Beschattungen der Fenster im Pflegeheim realisiert werden. Einer der größten Vorteile ist der effektive Schutz vor Hitze und UV-Strahlung. Durch ihre Positionierung außerhalb des Fensters reflektieren sie das Sonnenlicht, bevor es die Fensterscheibe erreicht. Dadurch wird die Wärme, die durch das Sonnenlicht erzeugt wird, reduziert, was den Raum kühler hält. Die Beschattung von sechs großen Fenster-

fronten in den Gemeinschaftsarealen im „Haus am Rosengarten“ sorgt für den Schutz und eine gesteigerte Lebensqualität der Bewohner.

**Sie möchten die Arbeit des DRK unterstützen oder mehr über die Angebote wissen? Ihr Kreisverband vor Ort informiert Sie gerne.**

„**Zukunft gestalten – DRK-Arbeit unterstützen**“



## Saisonstart: Die 10 neuen Badesregeln für sicheren Wasserspaß

**Die Temperaturen steigen, die Freibäder öffnen, der See ruft – die Badesaison beginnt. Doch bevor wir uns ins erfrischende Nass stürzen, ist es wichtig, die neuen Badesregeln des Bundesverbandes zur Förderung der Schwimmbildung (BFS) zu kennen.**

Gemeinsam mit anderen im BFS organisierten Verbänden hat die Wasserwacht des Deutschen Roten Kreuzes zehn einheitliche und leicht verständliche Regeln entwickelt. Sie sollen sicherstellen, dass jede Person im und am Wasser eine gute Zeit hat und gleichzeitig für die Sicherheit aller sorgt.

„Wir raten allen Wasserbegeisterten, sich mit den Regeln vertraut zu machen. Angehörige von Kindern sollten sie regelmäßig mit den jungen Schwimmerinnen und Schwimmern wiederholen. Auch Menschen, die sich im Wasser sehr sicher fühlen, sollten die Regeln befolgen“, sagt Katy Völker, stellvertretende Bundesleiterin der Wasserwacht des Deutschen Roten Kreuzes. So kann es auch geübten Personen im Sommer passieren, dass das plötzliche Eintauchen in wesentlich kälteres Wasser zum Kälteschock und zu einer Schnappatmung führt. Dabei kann Wasser in die Atemwege geraten. Katy Völker betont: „Aus diesem Grund soll man sich abkühlen, bevor man ins Wasser geht.“

Wenn uns die sommerlichen Temperaturen ans Badegewässer locken, lautet die Badesregel Nummer 1: „Ich gehe nur baden, wenn ich mich gut fühle.“ „Gut fühlen heißt: ich bin gesund, ich fühle mich wohl im Wasser, ich friere nicht und habe

keine Angst,“ erklärt Katy Völker. Gerade Schwimmneulinge, die im Winter wenig geübt haben, spüren vielleicht beim ersten Freibadbesuch des Jahres Unsicherheit. Katy Völker bekräftigt: „Nur, weil andere ins Wasser gehen, muss ich nicht ins Wasser gehen, wenn ich mich nicht gut fühle. Wir sollten uns ehrlich fragen: Kann ich schon sicher schwimmen oder brauche ich eine enge Begleitung? Fühle ich mich mit der Wassertiefe oder der möglicherweise fehlenden Sicht im Gewässer wohl?“ Wer sich unsicher im Wasser fühlt, besucht am besten einen Schwimmkurs oder geht nur langsam und eng in Greifnähe begleitet in flaches Wasser.

Vor dem ersten Schwimmausflug empfiehlt das DRK allen, die Badesregeln zu wiederholen. Die neuen Badesregeln sind „kinderleicht“, denn sie wurden mithilfe eines Sprachinstituts möglichst einfach formuliert und von Vorschulkindern getestet. Ergänzt werden sie durch ansprechende Grafiken, die das Verstehen und Einprägen der Regeln erleichtern. Außerdem hält die Wasserwacht des DRK weiterführende Erläuterungen und Hinweise zu jeder Regel bereit. Die Regeln gibt es in vielen verschiedenen Sprachen kostenlos zum Download – für Kinder sogar als Ausmalversion.

**Laden Sie die Badesregeln jetzt kostenlos herunter und machen Sie sich fit für die sichere Badesaison! Hier geht's zu den Regeln: [www.drk.de/wasserwacht/badesregeln-verhalten-am-und-im-wasser](http://www.drk.de/wasserwacht/badesregeln-verhalten-am-und-im-wasser)**

## Kleine Stärkung am Badesee gefällig?

**Vegane Wraps sind ein leichter Snack für unterwegs.**

1. Lieblingsgemüse putzen und der Länge nach in feine Streifen oder Scheiben schneiden, z. B. Paprika, Radieschen, Möhre, Avocado.
2. Salatherzen waschen, den Strunk entfernen und in Streifen schneiden.
3. Wraps mit je 2 Teelöffel veganem Aufstrich (z. B. Kichererbsen-Aufstrich) bestreichen, Salat und Gemüse darauf verteilen.
4. Nach Geschmack verfeinern, z. B. mit Sprossen, Sesam oder Schwarzkümmel.
5. Wraps zusammenrollen, in Butterbrotpapier wickeln, die Enden umschlagen, in der Mitte durchschneiden und zum Transport möglichst eng in eine Brotdose legen.



## Impressum

**DRK-KV Forst Spree-Neiße e.V.**

**Redaktion:**  
Antje Claus

**Vi.S.d.P.:**  
Regina Schneider

**Herausgeber:**  
DRK-KV Forst Spree-Neiße e.V.  
Jänickestr. 24  
03149 Forst (Lausitz)  
Tel.: 03562 959630  
<http://www.drk-forst.de>  
[info@drk-spn.de](mailto:info@drk-spn.de)

**Auflage:**  
450