

Rotkreuz-Magazin

Mülheim an der Ruhr

Ausgabe 03 | 2024

Deutsches Rotes Kreuz 



 SANITÄTSDIENST

Ruhr Reggae
Summer Festival

 BLUTSPENDEDIENST

408 Spender*innen
setzen ein Zeichen

 WASSERWACHT

Erfolgreiches Ferien-
Schwimmcamp

Hausnotrufdienst

Einfach sicher leben.

„Für ein unabhängiges
Leben zuhause.“



Testen Sie uns
einen Monat kostenlos.

Modernste Technik trifft Menschlichkeit

- Bei Bedarf kurzfristige Installation möglich
- Schnelle Hilfe bei medizinischen Notfällen, bei Stürzen oder anderen Notlagen
- 24 Stunden-Bereitschaft am Tag und 365 Tage im Jahr
- Komfortpaket für 52,50 € monatlich
- Festpreis – keine Zusatzkosten bei evtl. Einsätzen des Bereitschaftsdienstes
- Sichere Schlüsselverwahrung unter hohen Standards

DRK Kreisverband Mülheim an der Ruhr e.V.
Aktienstraße 58
45473 Mülheim an der Ruhr
Telefon: 0208 45006-0
www.drk-muelheim.de

Wir beraten Sie gerne

Ob telefonisch, per E-Mail oder persönlich in unserer Geschäftsstelle berät Sie unser freundliches Team gerne ausführlich und individuell über alle Themen rund um den Hausnotrufdienst.

Ab Pflegegrad 1 stellen wir auf Wunsch einen Antrag an Ihre gesetzliche Pflegekasse zwecks einer möglichen Kostenübernahme.



„Wir freuen uns
über Ihren Anruf.“

Hausnotrufdienst

Telefon: 0208 45006-39

E-Mail: hausnotruf@drk-muelheim.de



**Deutsches
Rotes
Kreuz**



„WIR SIND EINE GROSSE FAMILIE, DIE SICH MIT HERZ UND TATKRAFT DAFÜR EINSETZT, MENSCHEN IN UNSERER STADT ZU HELFEN.“

Liebe Leser*innen des Rotkreuz-Magazins,

das Deutsche Rote Kreuz ist weit mehr als nur ein sozialer Dienstleister – wir sind eine große Familie, die sich mit Herz und Tatkraft dafür einsetzt, Menschen in unserer Stadt zu helfen. Unsere Arbeit und Erfolge sind in erster Linie den zahlreichen ehrenamtlichen Mitgliedern zu verdanken, die sich in ihrer Freizeit für unsere gemeinsamen Ziele engagieren. Diese Bereitschaft, für andere da zu sein, ist keineswegs selbstverständlich, und wir schätzen dieses Engagement von ganzem Herzen!

In dieser Ausgabe möchten wir Ihnen einen besonderen Einblick in die ehrenamtliche Arbeit unseres Kreisverbandes geben. Ob beim Tag der Mülheimer Blutspende, dem Sommercamp der Wasserwacht oder den Sanitätsdiensten beim Ruhr Reggae Summer – all diese Aktivitäten wären ohne den unermüdlichen Einsatz unserer Helferinnen und Helfer nicht möglich. Dank ihrer Tatkraft und ih-

res Engagements konnten wir auch in diesem Jahr wieder zahlreiche erfolgreiche Aktionen durchführen und vielen Menschen in Notsituationen zur Seite stehen.

An dieser Stelle möchte ich einen großen Dank an alle Mitglieder unserer DRK-Familie aussprechen. Euer Engagement macht unsere Arbeit erst möglich und zeigt, was wir gemeinsam erreichen können. Ihr seid das Herzstück unserer Organisation!

Wenn Sie selbst oder jemand, den Sie kennen, Interesse daran hat, sich bei uns zu engagieren, würden wir uns sehr über eine Nachricht freuen. Jede helfende Hand ist willkommen, und es gibt viele Möglichkeiten, sich einzubringen – sei es bei Veranstaltungen, in der Kleiderecke, bei der Blutspende im organisatorischen Bereich oder im Katastrophenschutz.

Gemeinsam können wir noch mehr bewirken und unsere Gemeinschaft stärken.

Nina Rasche
Kreisgeschäftsführerin

Impressum

Rotkreuz-Magazin
KV Mülheim an der Ruhr e.V.

Redaktion:
Nina Rasche (v.i.S.d.P.)
Lisa-Marie Bruynen

Herausgeber:
Deutsches Rotes Kreuz
KV Mülheim an der Ruhr e.V.
Aktienstraße 58
45473 Mülheim an der Ruhr
Telefon 0208 45006-0
kv@drk-muelheim.de
www.drk-muelheim.de

Fotos:
A&K - Die Frische Küche GmbH,
Kevin Großmann, Rebecca Großmann, Andreas Schalk, Rahel Schmidt, Sparkasse Mülheim an der Ruhr, Michael Thommessen

Produktion:
sprenger medien service GmbH,
Mülheim an der Ruhr

Erscheinungsweise:
vierteljährlich

WICHTIGE RUFNUMMERN:

DRK-Geschäftsstelle
0208 45006-0

Menüservice
„Essen auf Rädern“
0208 45006-36

Hausnotrufdienst
0208 45006-39

Erste Hilfe-Ausbildung
0208 45006-72

Von der Auszubildenden zur Leitung des Hausnotrufdienstes Lisa-Marie Bruynen gestaltet seit zehn Jahren das Geschehen in der Kreisgeschäftsstelle mit

Sie ist erst 33 Jahre alt, blickt aber bereits auf eine beachtliche hauptberufliche Karriere im DRK-Kreisverband Mülheim an der Ruhr zurück: 2014 begann Lisa-Marie Bruynen beim DRK ihre Ausbildung zur Kauffrau für Büromanagement – zehn Jahre später verantwortet sie den großen Bereich Hausnotrufdienst als dessen Leitung. „Damals befand sich die Geschäftsstelle noch an der Löhstraße und wir waren auch nur relativ wenige hauptberuflich Tätige. Während der Hausnotrufdienst seinerzeit rund 500 Kundinnen und Kunden hatte, sind es jetzt mehr als 1.700“, blickt die DRK-Mitarbeiterin zurück.

Ursprünglich hatte Lisa-Marie Bruynen vor, Schornsteinfegerin zu werden. Die entsprechende Lehrstelle war ihr bereits sicher. Doch dann erhielt sie seitens des DRK eine Einladung zum Vorstellungsgespräch für die Ausbildung zur Kauffrau für Büromanagement – und schwenkte anschließend noch einmal um. „Ich dachte mir, mit einer Ausbildung zur Kauffrau finde ich überall einen Job“, so die leidenschaftliche Schlagzeugerin. Allerdings hätte sie diese Ausbildung keinesfalls bei jedem Arbeitgeber angetreten. „Mich haben die Grundsätze, die das DRK hat, von Anfang an überzeugt. Außerdem arbeitet es völlig autark, losgelöst von irgendeiner Religion. Und beim Vorstellungsgespräch habe ich schnell gemerkt, dass die Tätigkeit spannend klingt und einen abwechslungsreichen Alltag verspricht“, erläutert Lisa-Marie Bruynen, warum sie sich seinerzeit auch beim DRK um einen Ausbildungsplatz bewarb.

Bereits während der Ausbildung erhielt sie Einblicke in viele Bereiche, die das DRK abdeckt, darunter in den Hausnotrufdienst. „Dieser hat mir damals schon am besten gefallen“, so die DRK-Mitarbeiterin. Dass es damit

Menschen ermöglicht werden könne, lange in der eigenen Wohnung zu bleiben und bei sich zuhause alt zu werden, empfindet sie als äußerst wertvolle Errungenschaft. „Viele Kundinnen und Kunden sagen uns, dass sie sich sehr sicher fühlen, seit sie den Hausnotrufdienst haben“, meint Lisa-Marie Bruynen. Außerdem schätze sie es, nah an den Menschen zu arbeiten und unmittelbar zu erfahren, „wo die Hilfe hingehet“.

2017 übernahm Lisa-Marie Bruynen die Sachbearbeitung des Hausnotrufdienstes. Zwei Jahre später erklimmte die damals 28-Jährige eine weitere Karrierestufe, indem sie fortan als Bereichsleitung Verwaltung des Hausnotrufdienstes tätig war. Als im Jahr 2023 der Bereich Hausnotrufdienst aufgrund der rasant gestiegenen Zahl an Kundinnen und Kunden komplett in den Hauptberuf überging, wurde Lisa-Marie Bruynen die Gesamtverantwortung für diesen Bereich übertragen.

An ihrer aktuellen Tätigkeit reizt Lisa-Marie Bruynen speziell die Kombination aus Verwaltung, Technik und allem, was mit Digitalisierung zusammenhängt: „Der Hausnotruf



Anrufen
ist einfach.

0208 3005-0

Die ganze Sparkasse unter
einer Nummer.

Überweisungen, Karten-Service, Termine, Fragen
zum Online-Banking u.v.m.

In unserem KundenServiceCenter erreichen Sie
kompetente Bankkaufleute, die Antworten auf
Ihre Fragen haben.

www.spkmh.de/ksc

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Mülheim an der Ruhr

lebt von permanenter Innovation, d. h., ich muss auch den Markt beobachten, Messen besuchen und regelmäßig neue Geräte anschaffen, damit wir die Entwicklung mitgehen.“

Auch das Jahr 2024 gestaltete sich in dieser Hinsicht spannend: So testete das DRK mehrere unterschiedliche Geräte und führte unter anderem einen Kombi-Ruf ein, der es ermöglicht, die betreffende Person mittels eines mobilen Gerätes, welches sie permanent bei sich trägt, zu orten. So könnte jemandem auch dann geholfen werden, wenn er sich außerhalb seiner Wohnung befindet. „Als Leitung des Hausnotrufdienstes ist es mir natürlich auch wichtig, gewisse Qualitätsstandards zu schaffen“, betont Lisa-Marie Bruynen und verweist darauf, dass ein Hausnotruf ein offiziell anerkanntes Hilfsmittel ist, also von den Krankenkassen bezuschusst wird.

Die 33-Jährige freut sich sehr, dass ihr zehnjähriges Jubiläum seitens der Kreisgeschäftsstelle mit „kleinen Aufmerksamkeiten“, darunter Blumen, Pralinen und einer entsprechenden Urkunde, gewürdigt wurde. „Die zehn Jahre gingen wirklich flott rum. Und ich kann mir gut vorstellen, auch in zehn Jahren noch hier zu sein“, meint Lisa-Marie Bruynen, die sich im DRK-Kreisverband zudem federführend um die Öffentlichkeitsarbeit (Rotkreuz-Magazin, Website etc.) kümmert.

Viele ihrer Freundinnen und Freunde hätten seit ihrer Ausbildung bereits den Arbeitsgeber gewechselt, daher sei es durchaus etwas Besonderes, nach wie vor dort tätig zu sein, wo die berufliche Laufbahn ihren Anfang nahm. „Das hat einfach mit dem DRK zu tun, mit dem Kreisverband und mit den Menschen, die hier sind“, lobt Lisa-Marie Bruynen die angenehme Arbeitsatmosphäre in der Kreisgeschäftsstelle. Genauso hebt sie positiv die Zusammen-



arbeit mit den vielen ehrenamtlich Engagierten hervor: „Die Expertise, die das Ehrenamt einbringt, ist unheimlich wertvoll, da alle ja ebenfalls hauptberuflich tätig sind und ein breites Spektrum an Berufen abdecken.“

Dr. Claudia Pauli

**Wir verkaufen
Ihre Immobilie.**

Einfach, kompetent, zuverlässig.
Mit dem MWB-Heimvorteil.

www.makler-mwb.de  





**DIE
MAKLER
FÜR MÜLHEIM**

Ruhr Reggae Summer Festival 2024

Ein Rückblick auf den Einsatz des DRK-Sanitätsdienstes

Das Ruhr Reggae Summer Festival 2024 war auch in diesem Jahr ein Highlight im Veranstaltungskalender und lockte zahlreiche Besucher nach Mülheim an der Ruhr. Doch neben der musikalischen Vielfalt und der friedlichen Atmosphäre spielte auch der Sanitätsdienst des DRK eine entscheidende Rolle, um die Sicherheit und Gesundheit der Festivalbesucher zu gewährleisten.



Wie in den Vorjahren übernahm das DRK die sanitätsdienstliche Betreuung des Festivals. Dies bedeutete, dass rund um die Uhr geschulte Einsatzkräfte vor Ort waren, um bei medizinischen Notfällen schnell und professionell eingreifen zu können. Getreu dem Motto #gemeinsamstark und #einRotesKreuz arbeiteten verschiedene Ortsvereine und Einheiten eng zusammen. Besonders hervorgehoben wurden in diesem Jahr die Zusammenarbeit mit dem DRK Essen luK (Information und Kommunikation), dem DRK-Kreisverband Mettmann und der DRK-Ortsgruppe Gruitzen.

Dank der umfassenden Vorbereitung und zusätzlichen Ausstattungen, wie einem Einsatzleitwagen (ELW 2) und einer Unfallhilfsstelle, konnte das DRK-Team flexibel auf unterschiedliche Szenarien reagieren. Dies trug maßgeblich zur Sicherheit der Festivalteilnehmer bei und zeigte einmal mehr, wie wichtig eine koordinierte Zusammenarbeit im Katastrophenschutz ist.

Eine positive Bilanz und friedliche Atmosphäre

Trotz der hohen Besucherzahlen zog Kevin Großmann, der die Einsatzleitung am Sonntag des Festivals übernahm, eine durchweg positive Bilanz. „Es war ein sehr angenehmes Publikum. Sehr friedlich und zuvorkommend“. Insgesamt wurden knapp 180 medizinische Behandlungen durchgeführt, wobei 14 Personen zur weiteren Behandlung ins Krankenhaus transportiert werden mussten. Die meisten Verletzungen waren jedoch kleinerer Natur und konnten direkt vor Ort durch die ehrenamtlichen Helfer behandelt werden. In einigen Fällen kam auch das notärztliche Team zum Einsatz, das für komplexere medizinische Notfälle bereitstand.

Die Bedeutung der Organisation und Zusammenarbeit

Ein wichtiger Faktor für den erfolgreichen Einsatz war die akribische Planung und Organisation, die von Dennis Schön, Leiter der Fachgruppe Sanitätsdienste, seit 2012 geführt wird. „Die Planung muss stimmen, damit die Wache gut läuft

und die Stimmung positiv bleibt“, betont Schön. Für ihn ist das Ruhr Reggae Summer Festival eine Herzensangelegenheit, und er ist jedes Jahr aufs Neue beeindruckt von der Motivation und dem Engagement der ehrenamtlichen Helfer: „Ohne die motivierten Helfer wäre das alles nicht möglich. Es ist toll zu sehen, wie der Katastrophenschutz mit dem Rettungsdienst zusammenarbeitet und unsere Helfer von den Ärzten lernen.“

Diese positive Arbeitsatmosphäre und die kollegiale Zusammenarbeit tragen dazu bei, dass die ehrenamtlichen Helfer ihre Freizeit als sinnvoll investiert empfinden und sich immer wieder gern für diesen Einsatz melden. Insgesamt waren 100 verschiedene Einsatzkräfte zwischen Mittwoch und Montag im Einsatz. „Auch wenn die Schichten lang sind, gibt es immer wieder Momente, in denen wir zusammen lachen und die Arbeit Spaß macht. Das motiviert uns alle, Jahr für Jahr wieder dabei zu sein“, so Dennis Schön.



Ausblick auf 2025

Nach einem erfolgreichen Festival blickt das DRK bereits erwartungsvoll auf das kommende Jahr. Vom 22. bis 24. August 2025 wird der Ruhr Reggae Summer erneut stattfinden, und das DRK-Team ist bereit, erneut für die Sicherheit der Besu-



cher zu sorgen. Die Erfahrungen und positiven Rückmeldungen aus diesem Jahr werden sicherlich in die Planung für das nächste Festival einfließen, um den Einsatz noch effizienter zu gestalten.

Der Einsatz des DRK beim Ruhr Reggae Summer Festival ist ein hervorragendes Beispiel dafür, wie wichtig ehrenamtliches Engagement und eine gut organisierte Zusammenarbeit im Katastrophenschutz sind. Die Festivalbesucher konnten sich stets sicher fühlen, während sie die Musik und die Atmosphäre genossen. Ein großes Dankeschön geht an alle Beteiligten, die mit ihrer Hingabe und Professionalität dazu beigetragen haben, das Festival zu einem unvergesslichen Erlebnis zu machen.



EIN GUTES
ZEICHEN.

vollmergruppe dienstleistung

WERTSCHLISSFÄCHER

der Vollmergruppe Dienstleistung – Ihr gutes Zeichen für Sicherheit.

Haben Sie schon mal über ihre wichtigsten Dokumente, Daten oder Wertsachen nachgedacht? Sind sie vor Diebstahl, Brand- und Wasserschäden geschützt? Fühlen Sie sich sicher mit den 24/7 überwachten Wertschließfächern in unserem Haus! Kostenfreie Parkplätze auf dem gesicherten Firmengelände. Mieten ab 65,00 Euro pro Jahr inkl. MwSt.

0208 588 57 - 148 | info@vollmergruppe.de



vollmergruppe
security

Unternehmerisch vernetzt & familiär verbunden. Seit 75 Jahren.

www.vollmergruppe.de

Gemeinsam helfen und Leben retten

Erfolgreicher Erste Hilfe-Kurs beim Jugendrotkreuz

Das Jugendrotkreuz ist die eigenständige Jugendorganisation des DRK und bietet Kindern und Jugendlichen die Möglichkeit, sich sozial zu engagieren und wichtige Fähigkeiten zu erlernen. Im JRK steht neben der Ausbildung in Erster Hilfe auch die Vermittlung von sozialen Werten und Teamgeist im Mittelpunkt. Die Jugendrotkreuzler lernen Verantwortung zu übernehmen, in Notsituationen richtig zu handeln und sich für die Gemeinschaft einzusetzen – alles in einem Umfeld, das von Respekt, Toleranz und Hilfsbereitschaft geprägt ist. Ob bei Erste Hilfe-Kursen, sozialen Projekten oder Freizeitaktivitäten – das JRK ist ein Ort, an dem junge Menschen gemeinsam wachsen, lernen und Spaß haben können.



Beim Mülheimer Jugendrotkreuz war in den Sommerferien einiges los. Unter der fachkundigen Anleitung von den Jugendrotkreuzlern Lina und Aljoscha absolvierten die engagierten Mitglieder einen intensiven Erste Hilfe-Kurs. In nur 9 Stunden wurden wichtige Grundlagen und lebensrettende Maßnahmen vermittelt – ein voller Einsatz, der sich lohnt hat.

Praxisnahes Training für mehr Sicherheit

Während des Kurses standen praxisnahe Übungen im Mittelpunkt. Alle Fragen wurden geduldig beantwortet und die praxisorientierten Übungen ermöglichten es, das Gelernte direkt umzusetzen. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer lernten unter anderem die stabile Seitenlage und die richtige Wundversorgung kennen. Auch die Herz-Lungen-Wiederbelebung (HLW) wurde in-

tensiv geübt. Besonders spannend war der Einsatz eines Defibrillators, um im Ernstfall effektiv und schnell handeln zu können.

Erste Hilfe-Kenntnisse für den Alltag

Am Ende des Kurses hielten alle stolz ihre Erste Hilfe-Bescheinigung in den Händen – ein wichtiger Nachweis, der nicht nur für den Führerschein, sondern auch für viele andere Lebensbereiche von Bedeutung ist. Erste Hilfe-Kenntnisse können im Alltag entscheidend sein und tragen dazu bei, dass im Notfall schnell und kompetent gehandelt wird.

Das Jugendrotkreuz bietet eine großartige Möglichkeit, sich sozial zu engagieren und gleichzeitig wertvolle Fähigkeiten zu erwerben. Die Mitglieder lernen hier nicht nur, wie man im Ernstfall Leben retten kann, sondern erfahren auch, wie wichtig Teamarbeit und Zusammenhalt sind. Unsere Kurse und Trainings bieten

eine ideale Gelegenheit, praktische Erfahrungen zu sammeln und gleichzeitig Teil einer engagierten und hilfsbereiten Gemeinschaft zu werden.

**WERDE TEIL
UNSERER STARKEN
GEMEINSCHAFT!**

Hast du auch Lust, dich sozial zu engagieren und Teil unserer starken Gemeinschaft zu werden? Dann komm zum Jugendrotkreuz und erlebe, wie spannend und bereichernd es sein kann, sich für andere einzusetzen und gemeinsam Leben zu retten!

Ob jung oder alt, jeder ist willkommen. Gemeinsam können wir einen Unterschied machen – sei dabei!

Wasserratte Ruby feiert die neuen Schwimmtalente

Erfolgreiches Ferien-Schwimmcamp der Wasserwacht

Die DRK-Wasserwacht in Mülheim an der Ruhr setzt sich engagiert für die Sicherheit am und im Wasser ein. Als Teil des Deutschen Roten Kreuzes bietet die Wasserwacht eine breite Palette von Aktivitäten und Schulungen an, die von Schwimmunterricht für Kinder und Jugendliche bis hin zu Rettungsschwimmausbildungen reichen. Ein besonderes Augenmerk liegt auf der Prävention und Aufklärung über Wassergefahren sowie der Förderung von Schwimmfähigkeiten, um Unfälle zu verhindern und Leben zu retten. Mit einem motivierten Team aus ehrenamtlichen Helfern sorgt die Wasserwacht nicht nur für Sicherheit, sondern auch für Spaß und Freude am Wasser. Die regelmäßigen Kurse, Ferien-camps und Veranstaltungen bieten eine wertvolle Gelegenheit, in einem sicheren Umfeld schwimmen zu lernen und das Element Wasser zu erleben.

In den Sommerferien war bei der Wasserwacht einiges los. Das Sommerferien-Schwimmcamp lockte zahlreiche junge Nachwuchs-Wasserratten an, die mit Begeisterung und viel Ehrgeiz die Grundlagen des Schwimmens erlernten. Besonderer Höhepunkt des Camps war der Besuch unseres Maskottchens Ruby, der Wasserratte, die es sich nicht nehmen ließ, den jungen Schwimmtalenten persönlich zu gratulieren.

Gemeinsam Schwimmen lernen und Ängste überwinden

Im Laufe des Camps lernten die Kinder nicht nur das Tauchen und das Gleiten auf dem Wasser, sondern auch, wie man 25 Meter schwimmt. Dabei ging es nicht nur um sportliche Leistung, sondern vor allem um die Überwindung von Ängsten und das Erleben von Freude am Wasser. Für viele der jungen Teilnehmerinnen und Teilnehmer war es eine völlig neue Erfahrung, die sie mit Stolz und Begeisterung meisterten. Das Team der Wasserwacht stand ihnen dabei stets unterstützend zur Seite und sorgte dafür, dass sich jedes Kind sicher und gut aufgehoben fühlte.

„Es war unglaublich schön zu sehen, wie die Kinder ihre Scheu vor dem Wasser verloren und Schritt für Schritt immer mehr Vertrauen gewonnen haben“, berichten die Ausbilder der Wasserwacht.



Glückliche Gesichter bei allen Beteiligten

„Unser Ziel war es, den Kindern nicht nur Schwimmfähigkeiten zu vermitteln, sondern auch Freude am Wasser und ein Gefühl der Sicherheit. Und ich denke, das ist uns gelungen.“

Ruby, unser fröhliches Maskottchen, war ebenfalls voll des Lobes für die kleinen Wasserratten. Mit einem großen Lächeln im Gesicht gratulierte Ruby den Kindern zu ihren Erfolgen. Die strahlenden Gesichter der Kinder sprachen Bände – es war eine Woche voller Spaß, Lernen und neuer Freundschaften.

Das Sommerferien-Schwimmcamp der Wasserwacht hat gezeigt, wie wichtig solche Angebote für Kinder sind. Die Veranstaltung bot nicht nur die Möglichkeit, grundlegende Schwimmfähigkeiten zu erlernen, sondern auch, Gemeinschaft zu erleben.

Die Wasserwacht freut sich über das gut besuchte Sommercamp. „Schwimmen zu können ist nicht nur eine tolle Freizeitbeschäftigung, sondern auch eine wichtige Fähigkeit, die Leben retten kann.“



Blutspendeaktion mit Herz 408 Spender*innen setzen ein Zeichen für die Gemeinschaft

Blutspenden sind ein unverzichtbarer Bestandteil des Gesundheitssystems. Sie sichern die Versorgung mit lebenswichtigen Blutkonserven, die täglich für Operationen, bei Unfällen und zur Behandlung schwerer Erkrankungen benötigt werden. Das Deutsche Rote Kreuz (DRK) organisiert regelmäßig Blutspendetage, um gemeinsam mit den Bürgerinnen und Bürgern eine stabile Versorgung sicherzustellen. Besonders in den Sommermonaten, wenn die Spendenbereitschaft aufgrund von Urlaubsreisen und Freizeitaktivitäten oft sinkt, sind Blutspenden von unschätzbarem Wert.



Ein erfolgreicher Blutspendetag: (stehend v. l.) Susanne Böttcher, Paul Rasche, Nina Rasche, (sitzend v. l.) Martin Weck und Oberbürgermeister Marc Buchholz

In diesem Jahr fand zum 18. Mal der Tag der Mülheimer Blutspende in Zusammenarbeit mit unseren Partnern dem Blutspendedienst West, der Sparkasse Mülheim und der Stadt Mülheim an der Ruhr statt. Insgesamt 408 Spenderinnen und Spender folgten der Einladung des Blutspendedienstes und nahmen sich die Zeit, Blut zu spenden. Besonders erfreulich: Unter ihnen befanden sich 75 Erstspender*innen, die diesen wichtigen Schritt das erste Mal wagten.

Ein großer Beitrag zur Blutversorgung

Die gesammelten Blutkonserven sind besonders in den Sommermonaten von großer Bedeutung. In dieser Zeit sinkt die Bereitschaft zur Blutspende häufig, da viele Menschen die heißen Temperaturen genießen, auf Urlaubsreisen sind oder sich anderen Freizeitaktivitäten widmen. Dank der Spendenbereitschaft der 408 Lebensretter*innen konnte der Vorrat an dringend benötigten Blutkonserven jedoch erfolgreich aufgefüllt werden.

„Die große Anzahl an Spendern zeigt einmal mehr, wie wichtig und solidarisch die Menschen in Mülheim sind. Wir sind



Tag der Mülheimer Blutspende

„überglücklich, dass so viele der Einladung gefolgt sind und uns in dieser herausfordernden Zeit unterstützt haben“, freut sich Nina Rasche, Vorstand des Mülheimer DRK.

Ein besonderer Dank geht auch an die vielen Helferinnen und Helfer, die den Tag so reibungslos organisiert haben. Ob bei der Betreuung der Spender, der Verteilung von Giveaways oder der Unterstützung vor Ort – ohne ihren unermüdlichen Einsatz wäre diese Aktion nicht möglich gewesen. Dank ihrer Hilfe konnten die Spenderinnen und Spender in einer angenehmen und gut organisierten Atmosphäre empfangen werden.

„Die Unterstützung unserer Helferinnen und Helfer war unglaublich. Sie haben dafür gesorgt, dass sich alle Spender*innen wohlfühlten und der Ablauf reibungslos funktionierte“, betont Rasche. „Ihre Hingabe und ihr Engagement sind der Schlüssel zu einer erfolgreichen Blutspendeaktion.“

Gemeinsam Leben retten

Der Mülheimer Tag der Blutspende war nicht nur eine Gelegenheit, die Vorräte an Blutkonserven aufzufüllen, sondern

auch ein starkes Zeichen der Solidarität und Gemeinschaft. Jeder einzelne Tropfen Blut kann Leben retten und macht einen Unterschied für diejenigen, die in einer lebensbedrohlichen Situation auf die Hilfe anderer angewiesen sind.

Wir danken allen, die dazu beigetragen haben, dass dieser Tag zu einem so großen Erfolg wurde. Ob Spender oder Helfer – sie alle sind wahre Held*innen des Alltags.

Der Kreisverband freut sich auf den nächsten Mülheimer Tag der Blutspende und hofft, dass wir erneut auf die Unterstützung der Mülheimer Bürgerinnen und Bürger zählen können.

Möchten Sie wissen, wann und wo die nächsten Blutspendetermine stattfinden?

Besuchen Sie die Webseite des DRK-Blutspendedienst West unter www.blutspendedienst-west.de.

Außerdem steht Ihnen auch der DRK-Kreisverband Mülheim an der Ruhr zur Verfügung:
E-Mail: kv@drk-muelheim.de | Telefon: 0208 45006-0

sbu | STEUERBERATER | RECHTSANWÄLTE

sbu | Sterzenbach & Kollegen StBG mbH & Co.KG

Kay-Uwe Fasse | Geschäftsführer

www.sbu-beratung.de | Tel. 0208 / 996 77 0

sbu | Rechtsberatung Rechtsanwaltsgesellschaft mbH

Stefan Bloem | Geschäftsführer

www.sbu-recht.de | Tel. 0208 / 996 77 40

Denkhauser Höfe 162 · 45475 Mülheim an der Ruhr · E-Mail: info@sbu-sterzenbach.de

Heute schon etwas gegessen?

Wie das Alter die Ernährung beeinflusst

Der DRK-Menüservice ist eine wichtige Unterstützung für ältere Menschen, die Schwierigkeiten haben, sich regelmäßig ausgewogen zu ernähren. Gerade im Alter kann das Thema Ernährung eine besondere Herausforderung darstellen. Ob durch Appetitlosigkeit, körperliche Einschränkungen oder das schlichte Vergessen einer Mahlzeit – viele Senioren sind von diesen Problemen betroffen. Eine regelmäßige und ausgewogene Ernährung ist jedoch essenziell, um die Lebensqualität zu erhalten und das Risiko einer Mangelernährung zu verringern.



„Heute schon etwas gegessen?“ Diese Frage kommt immer wieder auf, wenn sich Carina Dinn mit ihrer Schwiegermutter unterhält – und die Antwort ist meistens nicht zufriedenstellend. Besonders im Alter wird die Ernährung für viele Menschen zu einer zunehmenden Herausforderung. Appetitlosigkeit ist dabei nur einer von vielen Gründen. Oft sind es körperliche Einschränkungen, die das Zubereiten einer Mahlzeit erschweren, oder das Mittagessen wird schlichtweg vergessen.

Für die Betroffenen kann dies schwerwiegende Folgen haben: Das Risiko einer Mangelernährung steigt. Bleibt diese bestehen, lässt nicht nur die Muskelkraft nach, sondern auch die Nerven und das Gedächtnis leiden darunter. Das sind nur einige der gesundheitlichen Folgen, unter denen die Betroffenen dann zu leiden haben. Und was ist mit den Medikamenten, die „nach den Mahlzeiten“ eingenommen werden sollen?

Mit regelmäßigen Mahlzeiten die Lebensqualität erhöhen

Ein tägliches Mittagessen kann nicht nur die Versorgung mit ausreichend Nährstoffen sicherstellen, sondern bietet den Betroffenen auch Struktur im Alltag. Diese Struktur hilft insbesondere Demenzerkrankten, an die Nahrungsaufnahme zu denken.

Der DRK-Menüservice – mehr als nur Essen auf Rädern

Als der Menüservice aufgrund steigender Nachfrage im letzten Jahr seine Liefergebiete ausgeweitet hat, war für Carina Dinn sofort klar: Jetzt sollte auch ihre Schwiegermutter in Essen-Bredeney beliefert werden.

Diese freut sich nun dreimal in der Woche auf ein leckeres Mittagessen und ein kurzes Schwätzchen an der Wohnungstür mit den netten Kollegen vom Menüservice.

Für Angehörige ist es oft eine große Unterstützung und es beruhigt sie zu

wissen, dass zusätzlich jemand ein Auge auf ihre Liebsten hat. Zudem gibt es eine große Auswahl an Menüs, so dass für jeden Geschmack etwas dabei ist.

Carina Dinn ist froh, dass der Menüservice nun auch ihre eigene Familie unterstützt und kann ihn wärmstens weiterempfehlen – nicht nur als eine der beiden Bereichsleitungen des Menüservices, sondern auch als Angehörige.



Menüservice-Leitung Carina Dinn



KREUZWORTRÄTSEL



ring-förmige Koralleninsel	konventionelle Schranke	asiat. Wildesel	mittelmäßig (so ...)		Hochgebirgsweide	norddt.: Bauernstube	weibl. Grautier		grober Sand		Heilpflanze		altgriech. Marktplatz	Schiffszubehör		ungebunden, unbesetzt	Befehlsform von sein			
	16				Richtungsbestimmung							19	griech. Kriegsgott	18						
Vorgeschichte der Krankheit									Epoche, Zeitalter		nicht mit					Fragewort				
Abk.: Beamter auf Lebenszeit					Priester der Orthodoxen Kirche	Ölpflanze						12	gegorener Honigsaft	chines. Stachelbeere			17			
													Geschäftsart (Tante-...-Laden)	6	legendäre Wunderschale	arabisches Sultanat	Kurzgeschichte (engl.)			
Teil des Sehorgans	ärztl. Ausbildungsstätte		Inselstaat im Atlantik		Dienuniform								ausgedehnt, mächtig							
	5								Patientenpriorisierung	Lebensabend					15	holdes Mädchen	Zahnsatz			
Filmdrehbuch		indisches Gewicht											holl. Moderatorin (Marijke)				14			
					Schonkost													21		
Längsträger eines Schiffs		Computersprache											Entwerfer	Schlund			13. griech. Buchstabe			
aus tiefstem Herzen																	geistiger Gehalt	Nähmittel		
Verkehrsmittel (Kw.)		Abk.: der Ältere											Abk.: Bundesrepublik Deutschland	Kfz.-Z.: Stigmaringen						
																			7	
Teufelsrochen						engl.: Ameise							Reich der Mitte							
									Hauptstadt von Texas		engl.: Irrtum, Fehler		Wohnsitz		Skelett	erlernte Tätigkeiten	Teil des Hühnerreis			
med.: Krümmung d. Magens	Unterwasserfahrzeug (Kw.)		kath. Hilfsgeistlicher	künstliche Betäubung										20	planieren					
Meeresbucht					starker Zweig	Steuer d. Wiedervereinigung (Kw.)							Vorname des Sängers Kollo					4		
													Abk.: Encapsulated Postscript	Abk.: Senior	leidenschaftl. Wut, Raserei			10		
																			2	
																			1	
schneller böhmischer Tanz		Kurzform von Assistent																	9	
																			13	
veralt.: Ärger, Kränkung	8																			
																				11



Wenn Sie die Buchstaben aus den Zahlenkästen in die richtige Reihenfolge bringen, finden Sie das Lösungswort.

Lösungswort:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Beitrittserklärung für Fördermitglieder



KV Mülheim an der Ruhr e. V.

Ja, ich möchte Mitglied im Deutschen Roten Kreuz werden,

weil ich von der weltweiten humanitären Arbeit des Roten Kreuzes überzeugt bin. Ich will die Arbeit des Roten Kreuzes durch meinen Mitgliedsbeitrag unterstützen und trete deshalb dem DRK - Kreisverband Mülheim an der Ruhr e. V. als Fördermitglied bei. Meine Mitgliedschaft beginnt am _____.

Ich zahle einen Monatsbeitrag von  10,00 €  _____ €  30,00 €  40,00 €

Meinen Beitrag zahle ich jährlich halbjährlich vierteljährlich _____.

Mir ist bekannt, dass der Mitgliedsbeitrag steuerlich abzugsfähig ist. Ich benötige eine Spendenbescheinigung. Meine Beitrittserklärung gilt auf unbestimmte Zeit. Ich kann die Mitgliedschaft jederzeit durch einfache schriftliche Erklärung kündigen. Bereits gezahlte Beiträge werden nicht erstattet. Damit ich mich über die Arbeit des Roten Kreuzes weiter informieren kann, erhalte ich vierteljährlich die Mitgliederzeitschrift.

Meine Personalien:

Name, Vorname

PLZ, Ort

Straße und Nr.

Telefon mit Vorwahl

Geburtsdatum

Ich bin damit einverstanden, dass meine vorstehenden Daten zur kostensparenden Verwaltung der Mitgliedschaft über elektronische Datenverarbeitung erfasst und gespeichert werden.

Mülheim an der Ruhr, _____

Datum

Unterschrift

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige / Wir ermächtigen das DRK, Zahlungen von meinem / unserem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein / weisen wir unser Kreditinstitut an, die vom Deutschen Roten Kreuz Kreisverband Mülheim an der Ruhr e. V. auf mein / unser Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann / Wir können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem / unserem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Nur wenn vom Fördermitglied abweichend:

Zahlungspflichtiger:

Name, Vorname

Straße und Hausnummer

PLZ und Ort

IBAN des Zahlungspflichtigen: **DE** __ | ____ | ____ | ____ | ____ | ____

Kreditinstitut: _____ **BIC:** _____

Mülheim an der Ruhr, _____

Datum

Unterschrift des Kontoinhabers



Deutsches
Rotes
Kreuz

**HÖMMA,
WAT LECKER!**

Menüs ab 6,90 €

Rufen Sie uns an: 0208 - 45006 - 36

oder per E-Mail an menueservice@drk-muelheim.de

Gemeinsam stark für Ihre Gesundheit!

www.evkmh.de

Im Evangelischen Krankenhaus Mülheim erfahren Sie **diagnostische, therapeutische und pflegerische Leistungen auf höchstem Niveau.**

Unsere Fachkliniken:

- Augenklinik Mülheim
- Zentrum für Notfall- und Akutmedizin
- Chirurgische Klinik
- Gefäßchirurgische Klinik
- Kardiologische Klinik
- Pneumologische Klinik
- Klinik für Anästhesiologie, Intensivmedizin und Schmerztherapie
- Klinik für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie, Handchirurgie
- Klinik für Diagnostische und Interventionelle Radiologie
- Klinik für Radioonkologie und Strahlentherapie

- Mülheimer Frauenklinik
- Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie
- Medizinische Klinik für allgemeine Innere Medizin und Gastroenterologie
- Klinik für Geriatrie und Neurogeriatrie
- Medizinische Klinik für Hämatologie, Onkologie und Palliativmedizin
- Institut für Laboratoriumsmedizin und Klinische Mikrobiologie
- Sozialpädiatrisches Zentrum

Unsere zertifizierten Zentren:

- BrustZentrum MülheimOberhausen
- Darmkrebszentrum
- Diabeteszentrum
- EndoProthetikZentrum
- Gefäßzentrum Mülheim
- Pankreaskarzinomzentrum
- Radiologisches Zentrum
- Viszeralonkologisches Zentrum

*Wir sind
für Sie da!*
Telefon:
0208 309-0

