

# ZIP



Deutsches Rotes Kreuz  
Schwesterschaft „Bonn“ e.V.

*Zusammen in Poppelsdorf*

Ausgabe 3

Informationen der DRK-Schwesterschaft „Bonn“ e.V.



**Buntes Leben**  
in vielfältiger Gemeinschaft

# Inhalt

<b>Vorwort</b> .....	3
Gut zu wissen	
<b>Was bedeutet das eigentlich? ZiP – Zusammen in Poppelsdorf</b> .....	4
Nicht nur das Gehirn trainieren	
<b>Schach macht fit!</b> .....	6
Pflegeberatung nach § 45 SGB XI	
<b>Wir lassen Sie nicht allein</b> .....	7
Und wie das geht!	
<b>Tanzen im Sitzen</b> .....	8
Hilf mir, es selbst zu tun	
<b>„Danke für den schönen Tag!“</b> .....	9
Flohmarkt 2022	
<b>Wir durften endlich wieder trödeln!</b> .....	10
Miteinander und nicht allein	
<b>Anderen Menschen eine gute Zeit schenken – das Ehrenamt</b> .....	12
Professionell, wertschätzend, verlässlich	
<b>Martina Müller ist für Sie da!</b> .....	14
Neu, aber nicht neu dabei	
<b>Monika Kuhlen im ZiP</b> .....	15
Seit Jahrzehnten im Einsatz für die Menschen in Bonn	
<b>Junge Frauen aus Indien bei der DRK-Schwesternschaft „Bonn“ e.V.</b> .....	16
Mehr als ein offenes Ohr	
<b>Zentrale Praxisanleitung in der gemeindenahen Versorgung</b> .....	19
Das ist erst der Anfang ...	
<b>Rotkreuzschwestern bereiten sich auf mögliche Katastropheneinsätze vor</b> .....	20
<b>Gedicht einer unserer FSJler:innen / Kennzahlen</b> .....	21
Highlight in der DRK-Schwesternschaft „Bonn“ e.V.	
<b>Jubiläumsfeiern so groß wie nie</b> .....	22
<b>Impressum</b> .....	24

## Liebe Nachbarn in der Bonner Südstadt,

die soziale Teilhabe in der gewohnten Umgebung ist eine Grundlage für ein möglichst selbstbestimmtes und zufriedenes Leben. Um eine entsprechende Infrastruktur in der Südstadt schaffen zu können, wurde im Rahmen des Förderprogramms „Miteinander und nicht allein“ in 2020 unser ZiP-Büro in der Königstrasse 86 eröffnet.

Zwischenzeitlich stark eingeschränkt durch die Corona-Pandemie, hat sich ZiP zu einer festen Größe in unserem Viertel entwickelt. Es haben sich Boule-Gruppen etabliert, es wird zusammen gekocht, gebacken, getanzt und Schach gespielt.

Darüber hinaus werden Möglichkeiten geschaffen, damit Betreuungs- und Begleitungsbedarfe zielgerichtet Unterstützung finden. So können Menschen weiterhin eigenständig ein erfülltes Leben führen. Außerdem werden pflegende Angehörige dabei unterstützt, ihre pflegerischen und betreuenden Kompetenzen zu vertiefen und zu erweitern.

Es ist ein buntes Leben in einer vielfältigen Gemeinschaft entstanden.

Einen kleinen Einblick möchten wir Ihnen mit der neuen Ausgabe unseres ZiP-Magazins geben.

Seien Sie gespannt und fühlen Sie sich bitte eingeladen, diesen vielfältigen Strauß an gemeinsamen Aktivitäten in Zukunft ein Stück weit mit zu gestalten.

**Ich grüße Sie herzlich aus der Nachbarschaft.**

Ihre



Dr. Frauke Hartung  
Oberin DRK-Schwesternschaft „Bonn“ e.V.



Gut zu wissen

# Was bedeutet das eigentlich?

## ZIP

Zusammen in Poppelsdorf

Da viele Menschen in Poppelsdorf und der Südstadt noch nicht genau wissen, was ZIP bedeutet, welche Rolle ZIP in ihrem Viertel spielt und wer und was sich hinter ZIP verbirgt, gab es in diesem Jahr einige Veranstaltungen, um auf das Projekt aufmerksam zu machen.

Unter anderem errichteten wir Informationsstände beim Pfarrfest der katholischen Pfarrgemeinde St. Sebastian und dem Gemeindefest der evangelischen Luthergemeinde. Der erste Blick der Gäste fiel auf die Rotkreuzdose, über die wir bereits in der letzten Ausgabe von ZIP berichteten.

Die Rotkreuzdose – eine kleine, praktische Lösung mit der die Menschen dafür sorgen können, dass der Rettungsdienst in einer Notlage alle wichtigen Informationen über sie oder ihre Angehörigen erhält. Das ist wichtig, damit die Rettungskräfte alles im Blick haben und die richtigen Entscheidungen treffen können.



Im Austausch über die Funktion und Handhabung der Rotkreuzdose ergaben sich häufig wichtige Gespräche über die Lebenssituation der Menschen, ihren Wunsch nach Sicherheit, Beratung und Information.

Dies ist ein wichtiges Anliegen von ZIP:  
**Die Verbesserung der Lebensqualität der Menschen in Poppelsdorf und der Südstadt.**

#### **Deshalb möchten wir gemeinsam mit Ihnen**

- Nachbarschaft gestalten und Gemeinsamkeiten pflegen
- Generationensolidarität leben und das Ehrenamt einbinden
- Unterstützungsangebote koordinieren und Netzwerke schaffen
- Ihre persönlichen Ressourcen entdecken und ausbauen
- Ihre Gesundheitskompetenzen fördern
- durch gezielte Gruppenangebote die soziale Teilhabe stärken

In unserem Viertel ist eine große Hilfsbereitschaft spürbar. Mit ZIP möchten wir dieses Engagement aufgreifen und darüber hinaus,

zusammen mit unseren Nachbarn, neue Möglichkeiten und Angebote für „Jedermann“ entwickeln. Die Aufgaben sind vielseitig und sind nicht auf bestimmte Bereiche festgelegt. Das stellt uns vor große Herausforderungen, gibt uns aber auch die Möglichkeit, unser Viertel selbst zu gestalten.

So finden die Menschen aus Poppelsdorf und der Südstadt bei uns Literaturkreise, Lesungen, Konzerte, Honigverkauf, Bewegungsgruppen, Spielerunden, Vorträge, Gottesdienste, Schulungsangebote und individuelle Beratungen, eine digitale Sprechstunde, Gesprächskreise und vieles mehr.

#### **Damit wir unsere Ziele erreichen, sind wir gut vernetzt innerhalb unserer eigenen Einrichtungen:**

- dem Maria von Soden-Heim
- der Tagespflege am Schloßweiher
- dem Betreuten Wohnen
- der Ambulanten Pflege „Die Rotkreuzschwestern“

#### **Zusätzlich stehen wir im Austausch mit:**

- Behörden
- Kirchengemeinden
- Vereinen und Gremien
- der Freiwilligenagentur der Stadt Bonn
- kulturellen Bildungsstätten
- verschiedenen Dienstleistern (z. B. Fußpflege, Ärzte, Apotheken, Seelsorge, Physiotherapeuten)

**Kommen Sie gerne auf uns zu. Wir freuen uns mit Ihnen ins Gespräch zu kommen.  
Tel. 0228 925983-14 oder [zip@schwesternschaft-bonn.drk.de](mailto:zip@schwesternschaft-bonn.drk.de)**

Nicht nur das Gehirn trainieren

# Schach macht fit!

Es gibt hunderte Studien, die belegen, dass Schach als ein Spiel, dass das Gehirn trainiert, die kognitiven Fähigkeiten bei Menschen aller Altersstufen verbessert – und zwar im Handumdrehen.

Deshalb war uns im ZiP schnell klar, dass wir den Menschen im Quartier die Möglichkeit geben wollten, Schach zu lernen.

Am Tag der offenen Tür im Betreuten Wohnen im Juni 2022 präsentierte der Schachlehrer Stephan Cremer den interessierten Gästen das königliche Spiel in seiner faszinierenden Vielfalt. Im Juli starteten wir mit dem ersten Schachkurs.

Mit viel Liebe, Geduld und in angenehmer Atmosphäre vermittelt Stephan Cremer seitdem alle nötigen Kniffe des herausfordernden und kreativen Spiels. Auch wenn die Teilnehmer:innen bislang noch nie eine Schachfigur angerührt hatten, lernen sie ohne Druck und ihrem individuellen Tempo angepasst, spielerisch die Freuden des strategischen Denkens kennen.

**Alle sind herzlich eingeladen, dazu zu kommen.**

Sehr schnell wird auch Ihnen klar werden, dass Schach mehr ist, als reines Gehirn-jogging. Das Zögern des Gegenübers, die Nervosität, das Lächeln, die Sympathie – all diese Dinge bereichern eine Schachpartie. Davon abgesehen ist ein Schachbrett einfach schön anzuschauen und die Figuren in der Hand zu haben hat eine ganz eigene Magie. Interessierte mit Vorkenntnissen können gerne noch in den Kurs einsteigen.



**Die Anmeldung ist möglich unter:  
Tel. 0228 2690-1315**



# Wir lassen Sie nicht allein

Nun haben wir unsere Pläne in die Tat umgesetzt: Unser Pflegekurs für pflegende Angehörige. Im Mutterhaus der DKR-Schwwesternschaft „Bonn“ e. V. versammelten sich zehn Teilnehmende.

Schwerpunkt der ersten Schulung war das Thema Demenz, mit einer Einführung in das Krankheitsbild Demenz und die Kommunikation mit Menschen mit Demenz.

## Weitere Themen waren

- Gesetzliche Grundlagen und Planung der letzten Lebensphase
- Entlastungs- und Unterstützungsangebote für pflegende Angehörige

Bereits in dem ersten Treffen wurde deutlich, dass ein hoher Bedarf an Informationen durch geschultes Fachpersonal besteht. Der Austausch über das Erlebte im Zusammenhang mit der Versorgung eines pflegebedürftigen Menschen hatte einen ebenso hohen Stellenwert.

Ziel der Schulung war es, den Teilnehmenden das nötige Grundwissen zu vermitteln, um den Anforderungen des Pflegealltags besser gewachsen zu sein.

Zusätzlich wird es auch möglich sein, individuelle Schulungen in der häuslichen Umgebung durchzuführen.

Im Anschluss an die Schulung wird ein Gesprächskreis für pflegende Angehörige angeboten, welcher einmal monatlich, jeden 1. Donnerstag im Monat von 17.30 Uhr bis 19.00 Uhr in den Räumen der Tagespflege stattfinden wird.

**Weitere Termine finden Sie auf Seite 11 des Magazins.**



Bei Interesse melden Sie sich bitte im  
**ZIP Büro unter Tel. 0228 925983-14**  
oder per E-Mail an  
[zip@schwwesternschaft-bonn.drk.de](mailto:zip@schwwesternschaft-bonn.drk.de)

# Tanzen im Sitzen?

Und wie das geht!



Tanzen spricht den ganzen Menschen an und weckt seine körperlichen und geistig-seelischen Kräfte. Wahrscheinlich sehen Sie jetzt ein tanzendes Paar vor Ihrem inneren Auge, das mit Schwung über das Parkett gleitet, doch Tanzen geht auch anders!

Auch im Sitzen sind elegante und tänzerische Bewegungen möglich. Tanzen im Sitzen ist für jedes Lebensalter und für jede körperliche Verfassung geeignet.

Die DRK Schwesternschaft „Bonn“ e.V. bietet seit Frühjahr 2022 in den Räumen der Tagespflege im Venusbergweg 17b jeden Samstag zwischen 10.00 und 11.00 Uhr eine Sitztanzgruppe an. Geleitet wird sie von Inge Schäfer, die ausgebildete Sitztanzlehrerin ist.

„Die Tanzbewegungen umfassen Arme, Beine und den Oberkörper“, erklärt Martina Müller, Leiterin des ZIP der DRK-Schwernerschaft „Bonn“ e. V. „Dies ist eine fröhliche und abwechslungsreiche Freizeitbeschäftigung mit genau so viel Bewegung, wie für die

einzelnen Teilnehmer möglich ist. Die Bewegung aktiviert das Herz-Kreislauf-System, regt die Blutzirkulation an, fördert die Atemtätigkeit, Geschicklichkeit und die Reaktionsfähigkeit. Außerdem regt das Tanzen die Gedächtnisleistung an. Ein wahrer Alleskönner, sozusagen!“

Der Einsatz von Materialien wie Tüchern, Bällen und Stöcken sorgt dabei für Abwechslung.

„Die Musik wird übrigens auf die Vorlieben der Gruppe abgestimmt“, lacht Martina Müller. „Das reicht von klassisch über poppig bis zünftig und fördert den Spaß am Zusammensein mit Bewegung.“

**Neue Teilnehmer und Teilnehmerinnen sind herzlich willkommen.**

Wer mitmachen oder sich informieren möchte, kann dies gerne tun unter:  
**Tel. 0228 2690-1315** oder per Mail an  
[zip@schwernerschaft-bonn.drk.de](mailto:zip@schwernerschaft-bonn.drk.de)

Mit ihrem 5-jährigen Bestehen in diesem Oktober ist die „Tagespflege am Schloßweiher“ der DRK-Schwesternschaft Bonn zu einer bewährten Säule in der gemeindenahen Versorgung innerhalb unseres Viertels geworden. Unsere Tagespflege liegt im Herzen der Bonner Südstadt in unmittelbarer Nähe zum Poppelsdorfer Schloss und dem Botanischen Garten.

Hilf mir,  
es selbst zu tun

# „Danke für den schönen Tag!“



Unsere Zielgruppe sind ältere Menschen, die noch zu Hause leben und aufgrund von körperlicher, psychischer oder sozialer Beeinträchtigung tagsüber unterstützende Betreuung und aktivierende Pflege benötigen. Wir sehen uns als ein Ort der Begegnung und geben alleinlebenden Menschen die Möglichkeit durch die Teilnahme am sozialen Leben in der Gemeinschaft der Tagespflege einer Vereinsamung entgegenzuwirken. Angehörige bestätigen uns immer wieder, wie sehr das Angebot der Tagespflege als große Entlastung und Unterstützung empfunden wird.

Unser Team wird von Helfern aus dem Freiwilligen Sozialen Jahr und dem Ehrenamt tatkräftig unterstützt. Wir arbeiten in der Tagespflege nach dem reformpädagogischen Konzept der Maria Montessori. Unsere soziale Betreuung und Haltung orientiert sich am Grundprinzip von Montessori: „Hilf mir, es selbst zu tun.“ Wir bieten unseren Gästen verschiedene Wahlmöglichkeiten von Einzel- und Gruppenaktivitäten an, um die Selbstbestimmung und Selbständigkeit zu fördern.

Von Montag bis Freitag gibt es ein abwechslungsreiches Programm für unsere Gäste: Gemeinsame Spaziergänge, Gedächtnistraining, Gesellschaftsspiele, hauswirtschaftliche Tätigkeiten wie Kochen und Backen, Sitzgymnastik, Training von Alltagskompetenzen, Erzählkaffee, Singkreis und vieles mehr. Des Weiteren nutzen wir jede Gelegenheit Geburtstage, Karneval und jahreszeitliche Feste ausgiebig zu feiern.

Als weitere wichtige Aufgaben sehen wir die Beratung von Angehörigen in pflege- und betreuungsrelevanten Fragen und die Ausbildung von jungen Menschen im vielseitigen Pflegeberuf.

Wenn sich unsere Gäste am Ende eines Tages für den schönen Tag bedanken, können auch wir zufrieden nach Hause gehen.

**Kontakt**

**DRK-Schwesternschaft „Bonn“ e.V.**

Tel. 0228 2690-119

[tagespflege@schwwesternschaft-bonn.drk.de](mailto:tagespflege@schwwesternschaft-bonn.drk.de)

[www.schwwesternschaft-bonn.drk.de](http://www.schwwesternschaft-bonn.drk.de)



Flohmarkt 2022

## Wir durften endlich wieder trödeln!

Endlich war es so weit: Am 25. Juni 2022 fand seit langem wieder der Flohmarkt im Garten der Schwesternschaft statt.

Kurz vor Beginn des Flohmarktes trafen alle noch einmal die letzten Vorkehrungen, bevor es dann um 10.00 Uhr losging. Ein Weg aus roten, blauen und weißen Luftballons führte die Besucher direkt in den Garten, wo die zahlreichen Ausstellenden schon mit ihren Ständen auf sie warteten. Von französischen Spezialitäten, Keramik, geschneiderter Kinderkleidung bis hin zu echten Trödelschätzen war alles dabei. Nicht nur die Ausstellenden konnten mit ihren Produkten glänzen. Auch einzelne Bereiche der Schwesternschaft nutzten die Gelegenheit, sich zu präsentieren. Die FSJler:innen hatten ihren eigenen Informationsstand und boten daneben noch Kinderschminken und leckeres Popcorn an. Highlight des Flohmarktes war ganz klar die von ihnen gebaute Pappmaché-Figur der Gemeindegewesener Elly, die in einem Projekt mit der Gruppenleiterin Jennifer Heck entstanden ist.





Was definitiv an so einem Tag nicht fehlen darf, ist die musikalische Unterhaltung. Dank der Band „THE FOUR DEES Band & Friends“ und dem Auftritt der Gospelsängerin Marie Enganemben, war die gute Stimmung vorprogrammiert. Auch die indischen Rotkreuzschwestern trugen dazu bei, indem sie mit einem indischen Tanz in ihre Kultur einführten.

Durch einen eigenen Cocktailstand und marokkanische Küche von Aicha Burezah, wurde für Speis und Trank gesorgt.

*Der Tag war ein voller Erfolg und wir bedanken uns bei jedem, der dazu beigetragen hat.*

*Autorin: Ann-Christin Meschke,  
Auszubildende der Schwesternschaft*

## Unsere Veranstaltungen

### Vernissage mit der Künstlerin Astrid Müller

21.01.2023 um 17.00 Uhr, Poppelsdorfer Allee 50-52, Bonn

### Gemeinsames Kochen

24.01.2023 um 17.00 Uhr in den Räumen der Tagespflege am Schloßweiher, Venusbergweg 17b, Bonn

### Angehörigenschulung „Pflege und Betreuung bei Demenz“

07.03., 21.03. und 04.04.2023, jeweils 18.00 – 19.30 Uhr, Venusbergweg 17b, Bonn

### Diavortrag „Der Bodensee – drei Länder, ein See“ mit Martin Weigelt

19.04.2023 um 15.30 Uhr, Venusbergweg 17b, Bonn

### Flohmarkt

17. Juni 2023 im Garten des Maria von Soden-Heims, Venusbergweg 17b, Bonn

### Angehörigenschulung „Pflege und Betreuung bei Demenz“

29.08., 12.09. und 26.09.2023, jeweils 18.00 – 19.30 Uhr, Venusbergweg 17b, Bonn

### Mithilfe bei der Gartengestaltung

25.03., 10.06. und 21.10.23 im Garten des Maria von Soden-Heims, Venusbergweg 17b, Bonn

## Regelmäßige Termine

### Treffen pflegende Angehörige

Jeden 1. Donnerstag im Monat um 17.30 Uhr in den Räumen der Tagespflege am Schloßweiher, Venusbergweg 17b, Bonn

### Sitztanz

Samstags um 10.00 Uhr in den Räumen der Tagespflege am Schloßweiher, Venusbergweg 17b, Bonn

### Schachkurs

Donnerstags um 14.00 Uhr, Poppelsdorfer Allee 50-52, Bonn

### Literaturkreis

Jeden 2. Mittwoch im Monat um 16.00 Uhr, Königstraße 86, Bonn

### Kunsthistorischer Vortrag

jeden 3. Montag im Monat um 15.30 Uhr, Königstraße 86, Bonn

### Vorlesen

Jeden 2. Dienstag im Monat um 16.30 Uhr, Poppelsdorfer Allee 50-52, Bonn

### Boule-Spiel

Jeden Montag um 15.00 Uhr im Garten des Maria von Soden-Heims, Venusbergweg 17b, Bonn

### Honigverkauf

Jeden 1. Donnerstag im Monat, 15.30 Uhr bis 16.30 Uhr im Garten des Maria von Soden-Heims, Venusbergweg 17b, Bonn

Miteinander und nicht allein

# Anderen Menschen eine gute Zeit schenken – das Ehrenamt



Seit langem schon engagieren sich Menschen jeden Alters freiwillig bei der DRK-Schwesternschaft „Bonn“ e.V. Der ehrenamtliche Einsatz ist für uns eine wichtige und nicht mehr wegzudenkende Stütze.

Die Menschen unserer eigenen Einrichtungen (MvSH – Maria von Soden-Heim, Tagespflege am Schloßweiher, der ambulanten Pflege „Die Rotkreuzschwestern“ sowie im Betreuten Wohnen) freuen sich über Unterstützung und jegliche Abwechslung. Mit unserem ZiP (Zusammen in Poppelsdorf) möchten wir das Miteinander in unserem Viertel fördern, nehmen also auch gerne Bedarfe von Jung und Alt aus der Nachbarschaft auf und vermitteln Kontakte.

Vor ein paar Wochen haben wir uns mit einigen unserer aktiven Ehrenamtler:innen zu einem Austausch getroffen. Hier wurden aktuelle Themen oder auch neue Ideen besprochen. Diese wertvollen Treffen werden wir künftig regelmäßig einplanen.

Zwei von ihnen, Leonie Bergner (Studentin der Rechtswissenschaften) und Jörg Schwieger (seit zehn Jahren im Ruhestand) habe ich im Nachhinein etwas intensiver zu ihren Erfahrungen und Herausforderungen befragt, um Ihnen hier einen Einblick zum ehrenamtlichen Einsatz geben zu können. Beiden ist es ein Anliegen, anderen Menschen Zeit zu schenken, damit diese nicht einsam sein müssen. Viele sind dankbar dafür, da sie allein sind oder ihre Familie weiter entfernt wohnt oder Angehörige kaum Zeit haben.

Frau Bergner engagiert sich schon seit jungen Jahren nebenher ehrenamtlich und macht das weiterhin nach ihrem Umzug auch in Bonn. Sie sieht den Austausch zwischen den Generationen als unfassbar wertvoll an

und wichtig für beide Seiten. Die daraus resultierenden unterschiedlichen Sichtweisen auf das Leben empfindet sie als sehr bereichernd.

Herr Schwieger engagiert sich bereits seit 20 Jahren in der DRK-Schwesternschaft, als er diese im Rahmen des Besuchsdienstes der Lutherkirchengemeinde kennengelernt hat. Er schätzt es, viele interessante Menschen kennenzulernen und durch deren Gedankenwelten und Lebenserfahrungen auch seine eigenen Standpunkte und seine Rolle im Gemeinwesen zu überdenken und weiterzuentwickeln.

### Was machen die beiden denn so?

Frau Bergner trifft regelmäßig eine ältere Dame aus dem Betreuten Wohnen. Sie gehen spazieren, trinken Kaffee, lösen gemeinsam Kreuzworträtsel, genießen einfach die gemeinsame Zeit. Herr Schwieger hatte im Laufe der langen Zeit eine bunte Mischung an Einsätzen: Besuche von Bewohner:innen im MvSH, Aktivität im Heimbeirat des Maria von Soden-Heims, Assistenz bei Corona-Tests für Bewohner:innen und Besucher:innen, Boule-Spiel zur sportlichen Bewegung an frischer Luft, Helfer während der Flutkatastrophe 2021 im Kreis Euskirchen oder auch als Fahrrad-Trainer für Rotkreuzschwestern aus Kerala/Indien. Sie sehen, es gibt sehr vielfältige Möglichkeiten. Und wir freuen uns immer wieder über neue kreative Ideen.

Fühlen Sie sich angesprochen? Sind Sie neugierig geworden und fragen sich, ob Sie sich ehrenamtlich in der DRK-Schwesternschaft einbringen können? Oder haben Sie Bedarf an ehrenamtlicher Unterstützung? Dann melden Sie sich gerne und wir überlegen gemeinsam, was für Sie in Frage kommen könnte.

**Ich freue mich darauf, von Ihnen zu hören! Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass ich nicht immer umgehend reagieren kann, ich verspreche Ihnen aber, mich auf jeden Fall zurückzumelden!**



#### Leonie Bergner:

*„Die aufzuwendende Zeit sollten Sie nicht als weiteren Termin in der Woche ansehen, also Zeitfresser. Vielmehr sollten Sie es als Chance betrachten, einen*

*Teil Ihrer freien Zeit in eine sinnvolle Aufgabe mit einem gesellschaftlichen Mehrwert zu investieren.*

*Außerdem gibt es auch weniger zeitintensive Angebote, die beispielsweise durch Arbeits- teilung mit anderen Ehrenamtlichen ein- facher in den bestehenden Alltag integriert werden können. Informieren Sie sich zu den vielfältigen Möglichkeiten im Bereich eines Ehrenamtes über verschiedene Kanäle, z. B. auch über die Freiwilligenagentur Bonn.“*



#### Jörg Schwieger:

*„Für die Menschen ist es wichtig, verbindlich und zuverlässig zu sein bei den Tätigkeiten, zu denen man sich bereit erklärt.*

*Wenn man das Ehrenamt versteht als etwas, das man jederzeit tun oder auch lassen kann, dann kann es zu Enttäuschungen führen. Unerlässlich ist, dass die ehrenamtliche Tätigkeit einem selber sinnvoll erscheint und auch Spaß und Freude bereitet. Wichtig finde ich auch die möglichst genaue Klärung des zeitlichen Umfangs, den man einbringen will oder kann.“*

**Kontakt**

**Monika Kuhlen**

Tel. 0175 9035890

(Bitte hinterlassen Sie hier ggf. gerne eine Nachricht.)

[ehrenamt@schwwesternschaft-bonn.drk.de](mailto:ehrenamt@schwwesternschaft-bonn.drk.de)

Professionell, wertschätzend, verlässlich

# Martina Müller ist für Sie da!



Ich heiße Martina Müller, bin 58 Jahre alt und lebe seit vielen Jahren in Bonn-Poppelsdorf. Vielleicht merken Sie sich mein Gesicht, denn ich stehe Ihnen im ZiP mit Rat und Tat zur Seite. Seit dem 01. Januar 2022 bin ich Projektleiterin des ZiP. Zudem bin ich für die Leitung des Betreuten Wohnens zuständig.

Meinen beruflichen Werdegang habe ich mit der Ausbildung zur Krankenpflegehelferin begonnen, danach folgte die Ausbildung zur examinierten Krankenschwester. Nach einigen Jahren Tätigkeit in diesem Berufsfeld absolvierte ich das Studium der sozialen Arbeit mit dem Abschluss Diplom-Sozialarbeiterin. Ich sammelte Erfahrungen in unterschiedlichen sozialen Einrichtungen und übernahm dann für acht Jahre die Leitung eines Seniorenheimes in Bonn. Berufsbegleitend erwarb ich die Qualifikation „Leiterin in stationären Altenhilfeeinrichtungen“.

Bevor ich zur DRK-Schwesternschaft „Bonn“ wechselte, war ich 13 Jahre als Leiterin des Sozialen Dienstes des Betreuten Wohnens in einer Bonner Seniorenresidenz tätig.

Während meiner beruflichen Laufbahn habe ich Senior:innen in allen Lebensphasen und Situationen beraten und begleiten dürfen.

Ein vertrauens- und respektvoller Umgang miteinander war und ist mir ein ganz wichtiges Anliegen.

**Ich freue mich darauf, für Sie, die Menschen in Bonn-Poppelsdorf eine zuverlässige Ansprechpartnerin zu sein, die ihnen mit Professionalität, Wertschätzung und Verlässlichkeit zur Seite steht.**



**Kontakt**

**ZiP – Zusammen in Poppelsdorf**

Königstraße 86

53115 Bonn

Tel. 0228 925983-14

[martina.mueller@schwwesternschaft-bonn.drk.de](mailto:martina.mueller@schwwesternschaft-bonn.drk.de)

[www.schwwesternschaft-bonn.drk.de](http://www.schwwesternschaft-bonn.drk.de)

**GEMEINSAM**

Neu, aber nicht neu dabei

# Monika Kuhlen im ZiP

Im letzten ZiP-Magazin habe ich Ihnen von meinem Jahr Bundesfreiwilligendienst (BFD) berichtet, das im August 2021 zu Ende ging. In dieser Zeit war ich in der Tagespflege am Schloßweiher eingesetzt, habe bei Terminplanung und Dokumentation der Corona-Schnelltests unterstützt und war auch im Einsatz in einer Euskirchener Notunterkunft nach der Flutkatastrophe.

Der abwechslungsreiche Einsatz in der DRK-Schwesternschaft hat mir sehr viel Spaß gemacht. Nach 40 Jahren Bürojob waren das ganz neue, sehr wertvolle, Erfahrungen für mich. Aus dem Grund habe ich mich gefreut, als ich gefragt wurde, ob ich der DRK-Schwesternschaft Bonn treu bleiben und sie weiter unterstützen wollte.

In den ersten Monaten habe ich junge indische Kolleginnen begleitet und ihnen den Start in Deutschland etwas leichter gemacht. Seit kurzem darf ich mit einem Minijob Martina Müller bei den Aufgaben im ZiP unterstützen. Meine Hauptaufgabe wird das Thema Ehrenamt sein.



Gerne können Sie mich dazu kontaktieren. Beachten Sie bitte, dass ich nur einen geringen Stundenumfang habe und ich auf Ihre Anrufe oder Mails nicht umgehend reagieren kann. Sie erreichen mich unter:

**Kontakt**

**DRK Schwesternschaft „Bonn“ e.V.**

ZiP

Venusbergweg 17b

53115 Bonn

Tel. 0175 9035890

[monika.kuhlen@schwwesternschaft-bonn.drk.de](mailto:monika.kuhlen@schwwesternschaft-bonn.drk.de)

ZiP





Seit Jahrzehnten im Einsatz für die Menschen in Bonn

## **Junge Frauen aus Indien bei der DRK-Schwesterschaft „Bonn“ e.V.**

Vielleicht sind Ihnen auch schon einmal unsere jungen Frauen aus Indien aufgefallen? Sie sind aus unserer Schwesterschaft kaum noch wegzudenken – schon seit vielen Jahrzehnten.

Sie lassen Familie und Freunde zurück und wagen den großen Schritt nach Deutschland. Hier starten viele von ihnen ein FSJ (Freiwilliges Soziales Jahr), um anschließend in eine Ausbildung zu gehen. Oder sie entscheiden sich direkt für einen Einsatz in der Pflege, nachdem sie ihre indische Ausbildung hier haben anerkennen lassen. Wir von der DRK-Schwesterschaft tun unser Bestes, um ihnen das Ankommen in Deutschland so einfach wie möglich zu machen. So begleiten wir sie zu Terminen und stehen ihnen mit Rat und Tat zur Seite.

Monika Kuhlen hat sich mit zweien von ihnen für das ZiP-Magazin unterhalten.

***Sherin Babu, Sie sind hier in Bonn in der Ausbildung. Wie sind Sie in Indien auf die DRK-Schwesterschaft aufmerksam geworden und was hatten Sie vorzubereiten, bevor Sie nach Deutschland aufbrechen konnten?***

„Es war aus einer Zeitungsanzeige. Ihr war zu entnehmen, dass man in Deutschland eine Krankenpflegeausbildung machen kann. Von der DRK-Schwesterschaft Bonn habe ich



Sherin Babu



Jobina Jacob

einerseits über eine Verwandte erfahren, die dort bereits seit vielen Jahren als Krankenschwester arbeitete und außerdem von einer Freundin, die in Deutschland die Ausbildung machte.“

**Jobina Jacob, Sie absolvieren ein FSJ. Wann haben Sie das erste Mal von der DRK-Schwesterschaft Bonn gehört?**

„Als die Oberin Frau Dr. Hartung vor drei Jahren in Indien war, traf sie viele indische Krankenschwestern, die seit den 1970er Jahren für die DRK-Schwesterschaft in Bonn gearbeitet hatten. Eine von ihnen war eine Freundin meiner Familie und sie sprachen über das FSJ-Programm und die Möglichkeit der anschließenden Ausbildung.“

Damals stand ich kurz vor dem Abschluss meines Studiums und war auf der Suche nach einer Krankenpflegeschule, die am besten zu mir passt. Ich schrieb dann eine Mail an die DRK-Schwesterschaft „Bonn“ und erhielt kurze Zeit später eine positive Antwort. In Deutschland habe ich erst einmal die Sprache gelernt. Ich bin jetzt seit Mai 2022 hier und freue mich, meinem Traum nachzugehen.“

**Warum haben Sie sich für eine Tätigkeit im Ausland entschieden?**

**Sherin Babu:** „In Deutschland kann ich mich zu jeder Zeit frei bewegen und fühle mich sicher“.



Fahrradtraining



**Jobina Jacob:** „Ja, das ist auch einer meiner Gründe. Ich mache das FSJ in Deutschland, weil es eines der sichersten Länder ist. Außerdem bietet Deutschland eine der besten Bildungsmöglichkeiten und bietet eine hohe Lebensqualität. Ich freue mich auch sehr darauf viele gute Erfahrungen zu machen.“

### *Wie haben Sie die Ankunft in Deutschland erlebt und was war als erstes zu erledigen?*

**Sherin Babu:** „Als ich in Deutschland ankam, war ich sehr unsicher und natürlich auch besorgt, weil ich nicht wusste, wie ich das alles ohne die Hilfe meiner Eltern schaffen sollte. Aber zum Glück war die DRK-Schwesternschaft immer da, um zu helfen. Sie haben mir eine Unterkunft zur Verfügung gestellt, Termine arrangiert und vieles mehr. Es war eine große Erleichterung, während ich mich einleben konnte. Sie haben mir auch den Deutschkurs vermittelt, der sehr wichtig für mich ist.“

**Jobina Jacob:** „Ich war auch so aufgeregt und nervös. Alles fühlte sich neu an. Ich war so eine glückliche Frau! Die DRK-Schwesternschaft hat mich in allem sehr unterstützt.“

### *Was haben Sie bisher in der DRK Schwesternschaft gemacht?*

**Sherin Babu:** „Ich habe zunächst ein FSJ absolviert. Jetzt mache ich die Ausbildung zur Pflegefachfrau. Ich bin im dritten Lehrjahr.“

**Jobina Jacob:** „Ich mache mein FSJ im St. Marien Altenheim in Köln. Hier lerne ich jeden Tag etwas Neues. Auch wenn es manchmal stressig sein kann, ich mag meinen Job und mein Leben hier in Köln sehr. Ein großes Dankeschön an meine Kolleg:innen und Bewohner:innen hier im Altenzentrum St. Marien. Sie sind so liebevoll und unterstützen mich sehr.“

### *Was fehlt Ihnen aus Indien am meisten?*

**Sherin Babu:** „Mir fehlt meine Familie sehr.“

**Jobina Jacob:** „Ja, mir auch. Ich vermisse meine Familie und meine Freunde. Ich vermisse das Zusammensein. Ich vermisse einfach alles an meinem Zuhause.“

### *Was sind für Sie die größten kulturellen Unterschiede zwischen Indien und Deutschland? Was war die größte Überraschung?*

**Sherin Babu:** „Die Inder sind sehr familienorientiert. Normalerweise sind Kinder finanziell abhängig von ihren Eltern, bis sie einen Job finden. Teilzeitarbeit gibt es auch nicht. Das ist in Deutschland ganz anders. Die Kinder hier stehen auf eigenen Beinen und belasten die Eltern nicht. Das ist großartig.“

**Jobina Jacob:** „Der größte kulturelle Unterschied für mich ist die Work-Life-Balance. Inder neigen dazu, beides ein wenig zu mischen. Die Pünktlichkeit hier hat mich sehr überrascht. Die gibt es nur bei der Bahn nicht.“

Mehr als ein offenes Ohr

# Zentrale Praxisanleitung in der gemeindenahen Versorgung

Wahrscheinlich können Sie mit dem Begriff „Zentrale Praxisanleitung“ zunächst einmal gar nichts anfangen. Das macht nichts, denn genau deshalb habe ich diesen Artikel geschrieben: Um Ihnen einen Begriff zu erläutern, der vielleicht langweilig klingt, es aber in sich hat. Denn er beschreibt eine sehr verantwortungsvolle Aufgabe, die unerlässlich ist für eine hohe Qualität in der Pflege.

Ich bin eine „zentrale Praxisanleitung“. Das bedeutet, ich begleite und berate junge Menschen unterschiedlicher Berufsgruppen, die in unseren Einrichtungen wie dem Maria von Soden-Heim, der Tagespflege, der ambulanten Pflege „Die Rotkreuzschwestern“ oder in der Verwaltung ihre Ausbildung absolvieren. Konkret vernetze ich vor dem Hintergrund der Ausbildung und der Einsatzplanung die einzelnen Arbeitsfelder innerhalb der gemeindenahen Versorgung und der externen Kooperationspartner. Unsere Auszubildenden brauchen ein:e feste:n Ansprechpartner:in, die sie während der ganzen Ausbildung begleitet und unterstützt. Und das bin ich: die zentrale Praxisleiterin.

Ich führe Reflexion- und Feedbackgespräche, damit beispielsweise Lernprobleme oder Schwierigkeiten erkannt, verbessert und verändert werden können.

Zusätzlich veranstalte ich regelmäßig Gruppenanleitungen. Hier kommen Auszubildende verschiedener Bereiche und unterschiedlichem Ausbildungsstand zusammen und erarbeiten gemeinsam ein Thema. Was mich besonders freut: In Zukunft können in unserem Sprachlabor hier im Venusbergweg in Bonn und unserem neuen Skills-Lab am Kölner Standort unserer Akademie für Pflege, Gesundheit und Soziales theoretische und praktische Inhalte auf hohem digitalen und

modernen Niveau vermittelt werden.

Mit unserer Akademie in Bonn-Duisdorf arbeite ich übrigens auch sehr eng zusammen. Hier haben wir ein Konzept zur Sicherstellung

der praktischen Ausbildung der eigenen und externen Auszubildenden in den generalistischen Pflegeausbildungen erarbeitet. Dahinter verbergen sich die Rotkreuzgrundsätze, das Leitbild unserer Einrichtungen und die gesetzlich vorgegebenen Lehr- und Ausbildungspläne.

Was mir ganz wichtig ist: Der regelmäßige Austausch mit den anderen Praxisanleitungen. Wir haben ein offenes Ohr füreinander und unterstützen uns gegenseitig. Dadurch bleibt die Qualität unserer Arbeit gesichert.

All diese Tätigkeiten machen mir viel Spaß und ich freue mich auf spannende neue Herausforderungen. Die DRK-Schwesternschaft Bonn hat ein wirklich sehr gutes Team, das es jungen motivierten Menschen ermöglicht, eine fachlich hervorragende Ausbildung zu absolvieren.



Nicole Koenigsfeld

Das ist erst der Anfang ...

# Rotkreuzschwestern bereiten sich auf mögliche Katastropheneinsätze vor

Im September startete in unserer Schwesternschaft der Basiskurs „Rotkreuzschwestern im Katastropheneinsatz“ unter Leitung von Claudina Hillenbrand-Illies.

Neun Rotkreuzschwestern aus vier Schwesternschaften in Lübeck, Stuttgart, Hannover und Bonn wurden für einen Einsatz im Krisen- und Katastrophenfall geschult.

Die Dozentinnen Friederike Lenhart, Walburga Franke und Ulrike Moor, allesamt ebenfalls Rotkreuzschwestern, vermittelten in den ersten beiden Tagen der Weiterbildung wesentliche Inhalte des Katastrophenmanagements. Unterstützt wurden sie hierbei durch Lars Klein vom Kreisverband Euskirchen.

Im Rahmen der Weiterbildung entwickeln die Teilnehmenden Kompetenzen zur Einschätzung von Krisensituationen sowie ein hohes Maß an Sicherheit in Planungs- und Handlungsabläufen.

Wir freuen uns sehr über die überaus positiven Rückmeldungen der Teilnehmerinnen zum ersten Veranstaltungsblock. Ebenso erfreulich ist das deutschlandweite Interesse an unserer Schulung. Um möglichst viele Rotkreuzschwestern optimal für einen eventuellen Einsatz in Krisen- oder Katastrophensituationen und -gebieten zu qualifizieren, plant unsere Akademie für das Jahr 2023 zwei weitere Weiterbildungen.





## Gedicht einer unserer FSJler:innen

Die Selbstlosigkeit an den Tag gelegt,  
Menschenherzen universell bewegt,  
schuften Freiwillige Tag ein, Tag aus,  
machen es sich eine Bestimmung daraus,  
Sicherheit und Zuverlässigkeit zu verbreiten,  
so lassen sich diese Menschen von Überzeugung leiten,  
das Rote Kreuz hilft in Not,  
allerjedem Gefahren droht,  
so nehmen wir mit, den Gedanken zu verbreiten,  
jeden Menschen zur Menschlichkeit zu verleiten.

**480**  
Freiwillige,

auf **250**  
Plätzen,

viele unter **18** Jahren.

**Starker Träger**  
– quantitativ und qualitativ.

**73%** weiblich  
**26%** männlich  
**1%** divers

Highlight in der  
DRK-Schwesternschaft „Bonn“ e.V.

# Jubiläumsfeiern so groß wie nie

296 Mitglieder und Mitarbeitende aus den Jahren 2020, 2021 und 2022 wurden am 21. und 28. September zu ihrem 10-, 25-, 40-, 50-, 60- und 70-jährigem Jubiläum geehrt.

Noch mehr Zahlen? Kein Problem für Dr. Frauke Hartung, Oberin der DRK-Schwesternschaft „Bonn“ e.V.: „Insgesamt wurden an diesen beiden Tagen 8.345 Jahre Zugehörigkeit zur Schwesternschaft gefeiert. Eine unglaubliche Zahl! Beim Zusammenrechnen der Jahre fiel mir ein Zitat von Albert Einstein ein, in dem es heißt, dass „Persönlichkeiten nicht durch schöne Reden geformt werden, sondern vor allem durch ihre Erfahrung und Leistung.“

Wenn man so viele Jahre Teil einer so starken Gemeinschaft ist und vorwiegend im pflegerischen Kontext tätig war, dann hat man die Entwicklung der Schwesternschaft und die Entwicklung der Pflegeberufe mitgestaltet. Und wenn man die Entwicklung der Pflegeberufe als Geschichte der Professionalisierung der Pflege versteht, dann wird schnell klar, dass alle Jubilare ganz maßgeblich an der Professionalisierung des Pflegeberufs mitgewirkt haben – und dies über viele Hürden hinweg auf einem oftmals sehr steinigem Weg.“





Viele Mitglieder und Mitarbeitende hatten sich oft viele Jahre nicht gesehen und strahlten beim Wiedersehen um die Wette. An diesen beiden Tagen war wirklich jedes Einsatzfeld und auch die meisten Fachdisziplinen vertreten – einschließlich Rotkreuzschwestern-einsätze im Krisen- und Kriegsgeschehen. Und eins wurde wieder einmal sehr deutlich: Die Rotkreuzschwestern verbindet in der Gemeinschaft weit mehr als „nur die berufliche Tätigkeit.“ Es ist eine Gemeinschaft die trägt, aus der Idee und mit den Grundsätzen des Roten Kreuzes!





# Kindertagespflege „Die Kreuzlinge“ in der Colmantstr. 47 in Bonn-Zentrum

Liebevoll, zuverlässig und hochqualifiziert –  
 das ist die Kindertagespflege mit Montessori-  
 Pädagogik der DRK-Schwesterenschaft Bonn.



Wir freuen uns auf Kinder aller Kulturen  
 und Konfessionen.



Infos und Anmeldung unter:

Tel. 0151 55849337 oder E-Mail: [kreuzlinge@schwesterenschaft-bonn.drk.de](mailto:kreuzlinge@schwesterenschaft-bonn.drk.de)

Die DRK-Schwesterenschaft „Bonn“ e.V. ist kompetenter Partner für den Bereich Pflege innerhalb der internationalen Rotkreuz- und Rothalbmond-Bewegung. Der Schwesterenschaft gehören rund 2.000 hochqualifizierte und engagierte Frauen an, die in allen pflegerischen Bereichen in Krankenhäusern, Alten- und Pflegeheimen, in der ambulanten Pflege sowie der Unterstützung in Krisen- und Katastropheneinsätzen und Auslandseinsätzen mit Hingabe arbeiten.



**DRK-Schwesterenschaft „Bonn“ e.V.**

## Kontakt

**Martina Müller** · Leitung

**ZiP – Zusammen in Poppelsdorf**

DRK-Schwesterenschaft „Bonn“ e.V.

Königstraße 86 · 53115 Bonn

Post: Venusbergweg 17b · 53115 Bonn

Tel. 0228 925983-14

[zip@schwesterenschaft-bonn.drk.de](mailto:zip@schwesterenschaft-bonn.drk.de)

## Impressum

**DRK-Schwesterenschaft „Bonn“ e.V.**

Venusbergweg 17b · 53115 Bonn

Tel. 0228 2690-10

[info@schwesterenschaft-bonn.drk.de](mailto:info@schwesterenschaft-bonn.drk.de)

[www.schwesterenschaft-bonn.drk.de](http://www.schwesterenschaft-bonn.drk.de)

Bilder: Adobe Stock: S. 14 Ivan Kruk + Daniel Berkmann ·  
 S. 15 Robert Kneschke · S. 21 OneLineStock.com  
 Restliches Bildmaterial: Verband der Schwesterenschaften,  
 DRK-Schwesterenschaft „Bonn“ e.V.

Stand: 2022

