

# DRK AKTUELL

Der Newsletter des DRK-Kreisverbands Neumünster

## Seit 30 Jahren: Hilfe zur Selbsthilfe



*Gute Beratung, Fachwissen und viel Einfühlungsvermögen: Etwas Anderes kommt bei Andrea Osbahr (links) und Christine Horsch nicht in die Tüte(n).*

**Die Zentrale Kontaktstelle für Selbsthilfe (ZKS) feiert Jubiläum: Seit drei Jahrzehnten dient sie als Wegweiser für Menschen, die Unterstützung bei Erkrankungen oder in schwierigen Lebenssituationen suchen.**

„Während der Corona-Pandemie haben wir gemerkt, wie unverzichtbar das persönliche Miteinander für die Selbsthilfe ist“, erzählt Andrea Osbahr, die die ZKS seit 19 Jahren leitet. „Wir konnten auf digitalen Wegen viel ermöglichen, aber alle sind sehr erleichtert, dass nun endlich

wieder echte Gruppentreffen möglich sind“. Im Jubiläumsjahr wollen sie und ihre Kollegin Christine Horsch die Beratungsstelle in Neumünster noch bekannter machen, zum Beispiel mit bunten Kommunikationsmaterialien, einem Infostand in der Innenstadt und als Teil einer neuen Selbsthilfe-App für ganz Schleswig-Holstein, die das Team gemeinsam mit 13 weiteren Beratungsstellen entwickelt. „Selbsthilfe ist heute ein ganz normaler Teil der Gesellschaft, vor allem von jüngeren Menschen bekommen wir immer mehr Zulauf“, so Andrea Osbahr.

### Vorwort der Präsidentin



### Liebe Mitglieder, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des DRK!

Das Helfen hat beim DRK viele Facetten: Unsere Mitarbeitenden und Ehrenamtlichen betreuen, pflegen, beraten oder schulen Menschen mit viel Fachwissen und großer Einsatzbereitschaft. In dieser DRK Aktuell geben wir diesen unterschiedlichen Facetten wieder Raum. Besonders stolz bin ich auf das runde Jubiläum der Zentralen Kontaktstelle für Selbsthilfe (ZKS), deren Verantwortliche seit 30 Jahren eine fantastische Arbeit leisten. Doch auch in vielen anderen Bereichen hat die Hilfe einen Ehrenplatz verdient, zum Beispiel die erstklassige Verpflegung in der Erstaufnahme, mit der das DRK Neumünster schon lange ein verlässlicher Partner des Landes Schleswig-Holstein ist. Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen.

Mit herzlichen Grüßen,  
**Carén Krebs**



# Neugier auf ganz viel Neues

**Guido Armbrecht leitet seit Anfang des Jahres die Erste-Hilfe-Ausbildung beim DRK Neumünster. Der Rettungsassistent und Fachkrankenpfleger für Notfallpflege bringt viel Leidenschaft und Humor mit - und jede Menge Erfahrung aus einem bewegten Leben.**

Montags hat Guido Armbrecht seinen „Bürotag“: Er plant die Einsätze des Ausbildungsteams und bearbeitet Anmeldungen für die Kurse. Doch außerhalb des Büros ist der 56-Jährige viel mehr in seinem Element. „An drei Tagen leite ich selbst Erste-Hilfe-Kurse, zusätzliche fahre ich Rettungseinsätze in Stormarn.“ Er liebt es, neuen Situationen gegenüberzustehen, die sein ganzes Improvisationstalent fordern und in denen er Menschen helfen oder ihnen Neues vermitteln kann.

Schon als Jugendlicher engagierte sich Guido Armbrecht im nordfriesischen Dorf Langenhorn beim Jugendrotkreuz und in der schulischen Erste-Hilfe-AG. „Dann habe ich erstmal eine Bäcker-Lehre gemacht, weil ich die Ausbildung zum Krankenpfleger erst mit 18 Jahren beginnen durfte“, erzählt er. Nach seinem Examen arbeitete er unter anderem zwölf Jahre in der Notaufnahme des Albertinenkrankenhauses in Hamburg, machte sich als Dozent selbstständig und ging für einen mehrmonatigen Auslandseinsatz mit der Bundeswehr nach Afghanistan: „Dort habe ich im Krankenhaus die längsten Bandwürmer gesehen, die man sich vorstellen kann!“ Sechs Jahre lang koordinierte er anschließend die Erste-Hilfe-Ausbildung und weitere Bereiche beim DRK Bad Segeberg. Seine Neugier und der Wunsch nach mehr Ruhe führten ihn 2016 auf die Hallig Hooge: „Zehn Tage im Monat habe



*Mit allen Wassern gewaschen: Guido Armbrecht freut sich, sein langjähriges Know-how und seine spannenden Erfahrungen an die Teilnehmenden weiterzugeben.*

ich dort auf einer Warft gelebt und im ambulanten Pflegedienst gearbeitet. Es gibt dort keine Arztpraxis, keine Apotheke und keinen Rettungsdienst, das war schon eine große Herausforderung,“ berichtet er. „Manchmal mussten wir zwei Stunden auf den Rettungshubschrauber warten und ich habe die Patienten solange stabilisiert. Und einmal fragte mich ein Hallig-Bewohner: ‚Guido, kannst du nähen?‘ Ich habe dann eine Wunde seines Schafs genäht, das sich an einem Pfosten verletzt hatte.“

Neben seiner Tätigkeit in der Nordsee war Guido Armbrecht auch als Sanitäter in der Elbphilharmonie im Einsatz. Zum DRK Neumünster kam er schließlich durch Ulf Kienast. „Wir kennen uns vom DRK Bad Sebeberg: Er war mein Chef und ich sein Stellvertreter!“ Die Arbeit auf der Hallig gab Guido Armbrecht auf, um sich besser um seine Eltern kümmern zu können, die noch immer in seinem Heimatdorf in Nordfriesland leben. Beim DRK Neumünster zeigt er den Kurs-Teilnehmenden nicht nur, wie man Verletzungen versorgt oder Leben rettet, sondern er sensibilisiert sie auch für bestimmte Alltagssituationen. „Als Rettungsassistent bekommt man einen Blick dafür, wo gefährliche Situationen entstehen könnten, zum Beispiel durch Stolperfallen in der Wohnung oder durch die falsche Kombination von Medikamenten. Das hilft den Teilnehmenden auch im privaten Umfeld bei ihren Angehörigen“, so Guido Armbrecht.

Neben der Arbeit spielt der Erste-Hilfe-Ausbilder Volleyball beim VFL Oldesloe und bereist mit seiner Frau die Welt, vom Mittelmeer bis zu den Malediven. Diese Lust auf Neues begleitet ihn auch beim DRK Neumünster: „Ich möchte hier lange bleiben. Aber als Notfallsanitäter auf einem Kreuzfahrtschiff zu arbeiten – das würde mich auch noch mal sehr reizen!“, lacht er.

# Voller Einsatz für die Pflegepraxis



„Das ist mein absoluter Traumjob!“, sagt die übergeordnete Praxisanleiterin Doreen Grimm. In ihrer Arbeitszeit kümmert sie sich ausschließlich um die Belange der Azubis.

**Die DRK-Fachklinik Hahnknüll bietet beste Voraussetzungen für die generalistische Pflegeausbildung. Die Auszubildenden erhalten hier eine umfangreiche Praxisanleitung, die sie rundum fit für den beruflichen Alltag macht.**

Die dreijährige Ausbildung zur Pflegefachfrau oder zum Pflegefachmann eröffnet vielfältige berufliche Möglichkeiten. Im Hahnknüll lernen die Azubis gleich vier Bereiche kennen, von der gerontopsychiatrischen Langzeitpflege bis zur psychiatrischen Versorgung. Die hohe Qualität der Ausbildung garantiert dabei die Praxisanleitung: Zehn Prozent der Arbeitszeit sind für die gründliche Vorbereitung, die selbstständige Durchführung der jeweiligen Pflegetätigkeit und die anschließende Reflexion reserviert; außerdem finden ganztägige Gruppenkurse statt. „Die Auszubildenden beschäftigen sich vorab intensiv mit der Diagnose des Patienten oder der Patientin, achten auf Hygienemaßnahmen, lernen den Umgang mit ihren Zeitressourcen und können ihre Fähigkeiten danach gut einschätzen,“ erklärt Doreen Grimm. Seit Mai 2021 kümmert sie sich als übergeordnete Praxisanleiterin auch um die Koordination der Einsätze und hält engen Kontakt zur Berufsschule. „Die Azubis laufen bei uns nicht einfach nur mit, sondern können in Ruhe lernen und üben“, so Doreen Grimm. „Jeder Schritt wird protokolliert, so dass alle Beteiligten immer über den aktuellen Stand Bescheid wissen. Dass ich mich dieser Aufgabe in Vollzeit widmen darf - das ist etwas ganz Besonderes.“

## DRK-Termine

### Blutspende in den Holstenhallen

Do. 14. April, 14.00 – 18.00 Uhr im Foyer Ost

Sa. 16. April, 10.00 – 14.00 Uhr im Foyer Ost

Di. 24. Mai, 14.00 bis 19.00 Uhr im Foyer Ost

### Weltblutspendetag

Di. 14. Juni, 14.00 bis 19.00 Uhr im Forum der Holstenhallen

Wir freuen uns auf die **Ehrung der DRK-Helferinnen und -Helfer während der Corona-Pandemie** am 23. April 2022 in den Holstenhallen (externe, nicht-öffentliche Veranstaltung).

## Impressum

Deutsches Rotes Kreuz  
Kreisverband Neumünster e.V.  
Hahnknüll 58  
24537 Neumünster

Telefon 04321 905-230  
Fax 04321 905-239  
E-Mail [info@drk-nms.de](mailto:info@drk-nms.de)  
Internet [www.drk-nms.de](http://www.drk-nms.de)

### Redaktion

Sven Lorenz (verantwortlich),  
Jenny Gregersen

### Konzeption & Gestaltung

INMEDIUM GmbH  
Werbeagentur, Neumünster

### Fotos

DRK, INMEDIUM GmbH

### Nächste Ausgabe

Juli 2022