

Dezember 2018

Das Magazin des Münchner Roten Kreuzes

menschen

im Blickpunkt

Heimat *Was braucht der Mensch, um sich zu Hause zu fühlen?*

Landespflegegeld: 1000 Euro pro Jahr zusätzlich zum Pflegegeld

Jugendrotkreuz: Wie führt man Kinder an die Erste Hilfe heran?

Christian Ude: Der Alt-Oberbürgermeister beim Tollwood-Sanitätsdienst



**Bayerisches
Rotes
Kreuz**
Kreisverband München



EINE GIFTFREIE LANDWIRTSCHAFT BRAUCHT DEINEN BANKWECHSEL

Von nachhaltigen Geldanlagen über Girokonten bis zu Finanzierungen – wie keine andere Bank verbinden wir moderne Bankdienstleistungen mit sozialer und ökologischer Verantwortung. Darum setzen wir uns als erste Bank Deutschlands auch für eine Abgabe auf Spritz- und Düngemittel ein. [glsbank.de](https://www.glsbank.de)

GLS Bank
das macht Sinn



08

Foto: Xaver Lockau

Sanitäter-Nachwuchs: Die kleinen Helfer im Jugendrotkreuz unterstützen die erwachsenen Sanitäter bei zahlreichen Einsätzen.



24

Foto: Scherl/Süddeutsche Zeitung Photo

100 Jahre Freistaat Bayern: Heide L., Fördermitglied des Münchner Roten Kreuzes, hat die Historie von Beginn an miterlebt.



26

Foto: Marion Vogel

Christian Ude: Nach einem Auftritt auf dem Winter-Tollwood berichtete der Alt-OB zwei Sanitäterinnen von eigenen Notfall-Erfahrungen.

AKTUELL

- 04 Nachrichten aus dem Kreisverband
- 15 GLS Bank erneut Sponsor des Mitgliedsausweises

REPORT

- 08 **Kleine Helfer – große Taten**
Wie führt man Kinder an die Erste Hilfe heran?
- 16 **Heimat**
„Menschen im Blickpunkt“ sammelte Stimmen zum Thema.
- 26 **„Höllenrespekt!“**
Alt-Oberbürgermeister Christian Ude tauschte sich mit zwei Helferinnen des Sanitätsdienstes aus.

Spektrum

- 14 **„Es braucht eine treue Seele!“**
Anneliese Düker sorgt im ASZ Bogenhausen für Sauberkeit und Ordnung.
- 24 **Hundert Jahre, zwei Geschichten**
Im selben Jahr wie der Freistaat Bayern feierte Heide L. ihren hundertsten Geburtstag.

LEBENSILF

- 30 **Landespflegegeld – das kleine Extra**
Was müssen Antragsteller beachten?

SERVICE

- 32 **Hilfe auf einen Blick**

RÄTSEL

- 34 **Die Seite für Kids mit Grips**
Gewinner der vergangenen Ausgabe
- 34 **Impressum**



Titelfoto: iStock.com/Alan D.

16

Titelthema: H E I M A T
Was löst in unserer mobilen Gesellschaft Heimatgefühle aus?



Ausschreibungswettbewerbe gefährden Notfallversorgung

Notfallrettung bedeutet den unmittelbaren Dienst am erkrankten oder verunfallten Menschen. Sie ist ein sensibler, existenzsichernder Bereich und darf schon deshalb nicht einer rein wettbewerbs- und marktorientierten Betrachtung unterworfen werden. Das BRK drängt daher nachhaltig darauf, die Notfallrettung und den Krankentransport von europaweiten Ausschreibungsprozessen zu befreien. Es darf nicht zur Regel werden, dass jede Rettungswache mit 15 oder 20 Mitarbeitern mit hohem Aufwand europaweit ausgeschrieben werden muss und nur noch für fünf Jahre vergeben werden darf.

Ausschreibungen gehen auf Kosten jener, die das Fundament des Rettungsdienstes bilden: die haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter. Diese sind tagtäglich psychischen und physischen Belastungen ausgesetzt und haben es verdient, für ihren Einsatz eine angemessene Bezahlung, eine umfassende Gesundheitsfürsorge und vor allem einen sicheren Arbeitsplatz zu erhalten, der über fünf Jahre hinausreicht.

Was bundesrechtlich bereits möglich ist, sollte auch in Bayern umsetzbar sein. Rettungsdienst und Krankentransport könnten in Anwendung der sogenannten Bereichsausnahme von der EU-weiten Ausschreibungspflicht ausgenommen werden. Das BRK wird hier im Interesse der Bürger nicht müde, der Politik im Freistaat diese Forderungen nachhaltig vorzutragen.

Sie haben uns im zu Ende gehenden Jahr wieder engagiert unterstützt bei unserer Arbeit für mehr Menschlichkeit in der Landeshauptstadt und im Landkreis München. Dafür danke ich Ihnen und wünsche Ihnen von ganzem Herzen eine besinnliche Adventszeit, ein friedvolles Weihnachtsfest im Kreise lieber Menschen sowie Gesundheit und Glück im neuen Jahr 2019.

Aus Liebe zum Menschen!
Herzlichst Ihr/euer
Karl-Heinz Demenat
Vorsitzender

3 FRAGEN



Michael Dorner-Huslik,
Wachleiter im Rettungsdienst und Erste-Hilfe-Ausbilder beim Münchner Roten Kreuz:

Auszeichnung für Erste-Hilfe-Crashkurs im Radio

Dem Radiosender Gong 96.3 wurde für einen Erste-Hilfe-Crashkurs im rein akustischen Format der Deutsche Radiopreis, die wichtigste Hörfunk-Auszeichnung in Deutschland, verliehen. Sie waren für die fachliche Programmgestaltung verantwortlich.

Wie war die Sendung konzipiert?

Ziel war, die Hörer innerhalb einer Stunde zum Lebensretter auszubilden. Dazu haben wir verschiedene Notfälle mit den entsprechenden Erstversorgungsmaßnahmen verbal durchgespielt – unterbrochen von Musik. Der Moderator Mike Thiel stellte Fragen, und ich habe versucht, die Handgriffe so zu erläutern, dass die Hörer sie nachvollziehen konnten. Die Fälle reichten vom einfachen Nasenbluten bis zur Wiederbelebung.

Wie erklärt man denn beispielsweise etwas Kompliziertes wie die stabile Seitenlage, ohne es vorzumachen?

Wir haben die Maßnahmen ins Bildhafte übersetzt: „Hallo Mama“ (den rechten Arm des Patienten anheben, als wollte er winken), „Ich bin müde“ (die linke Hand unter seine rechte Wange legen, als wollte er schlafen), „Bring mich nach Hause“ (das linke Bein wie in einer Schritthaltung anwinkeln und mit diesem Hebel den gesamten Körper nach rechts drehen). Die Hörer konnten die Anleitungen offenbar gut in die Praxis umsetzen; das Feedback auf die Sendung war toll.

Besteht eine Chance auf Fortsetzung dieses erfolgreichen Formats?

Das würde mich sehr freuen. Spruchreif ist jedoch noch nichts.

Zukunftsweisende Medizintechnik beim München-Marathon

Am 14. Oktober starteten mehr als 21 000 Läufer beim München-Marathon. Auch der Rotkreuz-Sanitätsdienst stellte sich der Herausforderung des größten Marathons Süddeutschlands: 190 Helfer und sieben Ärzte standen an zahlreichen Stützpunkten entlang der Laufstrecke für die Versorgung verletzter und erkrankter Teilnehmer und Zuschauer bereit.

Leider kommt es bei großen Laufveranstaltungen immer wieder zu schweren, mitunter tödlichen Unfällen durch Herz-Kreislauf-Versagen. In extremen Fällen zählt dann jede Minute. Daher stand in einem Rettungswagen ein Team der LMU-Herzchirurgie bereit, um in Notfällen Hightech-Hilfe zu leisten: Zum Einsatz kam dabei erstmals eine Mini-Herz-Lungen-Maschine. Herz-Lungen-Maschinen werden bei Rettungsflügen oder -transporten von Patienten mit Herzversagen, kardiogenem Schock oder Lungenversagen verwendet. Für die Anwendung im Rettungswagen waren sie jedoch bislang zu groß. Mit diesem Gerät im Kleinformat kann man den Patienten nun längere Zeit stabilisieren und in ein Klinikum mit Maximalversorgung bringen. Die Mini-Herz-Lungen-Maschine in Verbindung mit einem Rettungswagen gleicht einer mobilen Intensivstation.



Foto: Klinikum der Universität München

Maximal mobil, ermöglicht die neu entwickelte Mini-Herz-Lungen-Maschine die lebensrettende Behandlung nun auch während des Transports.

Dramatische Szenen am Feringasee

Am Abend des 8. August alarmierten Badegäste die Wasserwacht am Feringasee, da zwei Kinder vermisst wurden. Sofort rückte die Wasserwacht aus, und bald sichteten die Helfer die beiden Ausreißer unverletzt auf einer Halbinsel. Dennoch stürzten sich plötzlich mehrere Angehörige panisch ins Wasser, um zu ihnen zu schwimmen. Weitere Familienmitglieder riefen den Wasserwachtlern allerdings zu, dass die selbstberufenen Retter Nichtschwimmer waren.

Einer der Männer, der innerhalb kürzester Zeit mehrfach unterging, benötigte die sofortige Hilfe der Wasserwacht. Allen anderen Familienmitgliedern halfen die Rettungsschwimmer zurück an Land. Dort benötigte dann die Mutter der Kinder

medizinische Hilfe: Durch den Schreck versagte ihr Kreislauf, und im knietiefen Wasser kollabierte die Frau. Auch hier war die Wasserwacht sofort zur Stelle und führte eine Erstversorgung durch.



Foto: Marion Vogel

Auf dieser Halbinsel fanden die Wasserwacht-Einsatzkräfte die als vermisst gemeldeten Kinder.



Fotos: Heildi Roeder



Bis ins kleinste Detail realitätsnah stellten die Beteiligten das Krisenszenario in den Räumen und Gängen des Fußballstadions nach.

Simulierte Explosion in der Allianz-Arena

Mehr als 180 ehrenamtliche Einsatzkräfte des Münchner Roten Kreuzes übten in der Allianz-Arena für einen Ernstfall, der hoffentlich nie eintritt. Das fiktive Szenario: Bei einem Fußballspiel zünden Fans selbst gebaute Pyrotechnik, es kommt zu einer Explosion. Die Zuschauer geraten in Panik, 48 werden zum Teil lebensgefährlich verletzt, einer stirbt. Die Mimengruppe des Roten Kreuzes hatte die Verletztendarsteller entsprechend geschminkt. Beteiligt waren auch die Schnelleinsatzgruppen Betreuung und Psychosoziale Notfallversorgung, die sich im Ernstfall um die unverletzten Betroffenen kümmern. Ziel der Übung war, die Einsatzkonzepte möglichst realitätsnah zu überprüfen und die Nahtstelle zwischen dem Sanitätsdienst im Stadion und den externen Rettungsdiensten zu verbessern.

Zwei Helferinnen geehrt

„Ehrenamt schafft Sicherheit“ – unter diesem Motto luden der bayerische Innenminister Joachim Herrmann und der Vorsitzende des „Münchner Blaulicht e. V.“, Christian Wies, in den Max-Josef-Saal der Münchner Residenz ein. Besonders engagierte Ehrenamtliche aus ganz Bayern erhielten eine Medaille. Unter den Geehrten waren auch zwei Helferinnen des Münchner Roten Kreuzes: Manuela Harlander und Bettina Nürnberger.



Foto: BaySTMI/Christop Schedensack

Bettina Nürnberger (l.) und Manuela Harlander freuten sich über ihre Auszeichnung.

Dramatischer Einsatz am Tag der offenen Tür

Ein unerwartetes Ende nahm der Tag der offenen Tür von Rotkreuz-Bereitschaft und Freiwilliger Feuerwehr in Trudering. Die ehrenamtlichen Einsatzkräfte räumten gerade auf, als ein Autofahrer mit seinem Fahrzeug von der Truderinger Straße abkam und durch zwei Hecken in den Garten eines Mehrfamilienhauses direkt gegenüber dem Rotkreuz-Haus krachte. Die Helfer des Roten Kreuzes kümmerten sich sofort um den Fahrer, der einen Herzstillstand erlitten hatte. Bei der Wiederbelebung wurden sie von der Feuerwehr unterstützt, bis Rettungsdienst und Notarzt eintrafen. Diese brachten den Patienten bei laufender Reanimation in ein Münchner Krankenhaus. Leider verlief die dort fortgeführte Wiederbelebung erfolglos. Weitere Verletzte gab es nicht.

LEUTE



Foto: Privat

Birgit Kober

Die BRK-Markenbotschafterin und Kugelstoßerin holte bei der Para-Leichtathletik-EM Ende August in Berlin ihre sechste EM-Goldmedaille. Die 47-Jährige, die aufgrund einer Fehlbehandlung nach einem epileptischen Anfall über Jahre im Rollstuhl saß, war zudem dreimal Paralympics-Siegerin und viermal Weltmeisterin. „Wenn ich stoße, merke ich meine Behinderung gar nicht“, kommentiert die Pädagogin ihre sportlichen Höchstleistungen.



Foto: BRK Kreisverband München

Dr. Hans Burghart

Der ehemalige Vorsitzende des Münchner Roten Kreuzes (1987 bis 2009) war Initiator der Indienststellung des ersten deutschen Rettungsschraubers „Christoph 1“ am Krankenhaus Harlaching im Jahr 1970. Er hatte erkannt, dass schnelle Hilfe aus der Luft in Ergänzung zum bodengebundenen Rettungsdienst entscheidend dazu beitragen kann, Leben zu retten. In seiner Anwesenheit übergab der Förderverein „Christoph 1, Unterschleißheim“ ein solches Helikoptermodell Ende Oktober der örtlichen Flugwerft des Deutschen Museums.



Foto: Playmobil

Der Playmobil-Rettungshelfer

Der Rotkreuz-Rettungssanitäter ist zur Stelle, wenn jemand medizinische Hilfe benötigt, uneigennützig, neutral, unabhängig. Daher setzt ihm Playmobil nun ein Denkmal. Im Rahmen einer Marketingkooperation mit dem DRK bringt der Spielwarenhersteller eine limitierte Figurenreihe heraus.

NOTIZEN

Welt-Erste-Hilfe-Tag

Der Erste-Hilfe-Tag am 8. September stand ganz im Zeichen der Erste-Hilfe-Ausbildung für Verkehrsteilnehmer. Denn bei vielen Autofahrern ist der Kurs so alt wie ihr Führerschein. Mit verschiedenen Aktionen rief das Deutsche Rote Kreuz dazu auf, verblasste Kenntnisse aufzufrischen.

Outdoorsport-Festival

55 000 Interessierte drängten sich am 16. September im Olympiapark, um sich über rund 60 Outdoor-Aktivitäten zu informieren und ihre Wunschsportart auszuprobieren. 14 Einsatzkräfte der Bereitschaften und der Wasserwacht waren für den Notfall sogar mit einem Motorrettungsboot zur Stelle.

Trachten- und Schützenzug

Am 22. September betreute der Sanitätsdienst wieder den Einzug der Wiesn-Wirte und am Folgetag den traditionellen Trachten- und Schützenzug mit insgesamt mehreren Hunderttausend Zuschauern.

Generali München Marathon

Fast 200 Sanitäter und Ärzte des Münchner Roten Kreuzes mit sechs Fahrzeugen standen am 14. Oktober bereit, um verletzte oder geschwächte Läufer zu versorgen.

Sanitätswesen im Ersten Weltkrieg

Bis Mitte November war im Bayerischen Hauptstaatsarchiv anlässlich der 100. Wiederkehr des Kriegsendes eine Ausstellung über das Sanitätswesen im Ersten Weltkrieg zu sehen, um die Leistungen der Ärzte, Krankenpfleger und -schwestern und das Leid der Verwundeten zu würdigen. Der Einsatz zwang den Sanitätsdienst zu logistischen Höchstleistungen und brachte die Medizintechnik einen großen Schritt weiter.

Erste Freiwilligenmesse des Landkreises

Foto: Sascha Kletzsch

Wie man fachgerecht reanimiert, übten die Besucher an einer Puppe.

Die erste Freiwilligenmesse im Landkreis München brachte am 15. September im Unterschleißheimer Bürgerhaus Anbieter ehrenamtlichen Engagements und Interessenten zusammen. Mehr als 60 Initiativen, Vereine und Organisationen stellten ihre Aufgabengebiete vor und zeichneten so ein eindrucksvolles Bild, was im Landkreis an bürgerschaftlichem Engagement geboten ist. Die Besucher konnten sich einen Überblick über Projekte in ihrer Nähe verschaffen und vor Ort eine Tätigkeit finden, die zu ihren Neigungen und individuellen Lebensumständen passt. Daneben gab es ein breites Rahmenprogramm: So berichteten zum Beispiel Lebensretter von ihren Erfahrungen, die Rettungshundestaffel Oberbayern zeigte ihr Können, und man konnte den Umgang mit einem Defibrillator üben.

Einblick in den Sanitärerberuf für Grundschüler

Am 18. Mai ermöglichten sieben Aktive der Rotkreuz-Bereitschaftsjugend Grundschulkindern aus dem städtischen Haus für Kinder in der Robinienstraße, passend zu deren Jahresthema „Berufe“, eine Führung durch die Allianz-Arena. Die Rotkreuzler holten die Kinder mit Mannschaftstransportwagen aus der Einrichtung ab und führten sie unter sanitätsdienstlichen Aspekten durchs Stadion. Dabei durften sie sich das Behandlungszentrum, eine Sanitätswache, die Regiekanzel, den geheiligten Rasen und die Spielerkabinen ansehen. Anschließend gab es im Behandlungszentrum eine kleine Brotzeit – und natürlich einen angeregten Austausch über die Aufgaben und Einsätze der Rotkreuz-Sanitäter bei Fußballspielen.

Jubiläum bei der Fachtagung für Führungskräfte

Foto: BRK-KV München

Gewohnt voll war der große Hörsaal des Klinikums Großhadern auch in diesem Jahr.

Auf Initiative des Münchner Roten Kreuzes wurde der fachliche Austausch interessierter Führungskräfte aller Hilfsorganisationen, zunächst aus München und

später aus ganz Bayern, ins Leben gerufen – und heuer bereits zum 20. Mal dazu eingeladen. Am 10. November trafen sich mehr als 300 Teilnehmer im Klinikum Großhadern, diesmal mit dem Themenfokus „Bevölkerungsschutz für alle – Selbst- und Fremdhilfe bei besonderen Einsatzlagen“. Die Vorträge behandelten unter anderem die Evakuierung hilfsbedürftiger Menschen, etwa Pflegepatienten und Menschen mit Behinderung, die Warnung der Bevölkerung im digitalen Zeitalter sowie die Besonderheiten biologischer Einsatzlagen.



Foto: BRK-KV München

50 Jahre Suttenhütte

1968 wurde sie vom Münchner Roten Kreuz gekauft und renoviert – heuer feierte der Kreisverband 50-jähriges Bestehen seiner Berghütte im Suttengebiet, die den ehrenamtlichen Helfern und hauptamtlichen Mitarbeitern zur Erholung offensteht. Am 15. September kamen die Gäste zusammen, um bei zünftiger Stubnusi auf das Jubiläum anzustoßen.

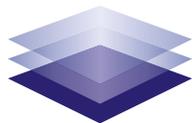
Musikzug feiert 60-jähriges Bestehen



Foto: Marion Vogel

Seit 1958 sorgt der Musikzug des Münchner Roten Kreuzes bei zahlreichen Veranstaltungen des Kreisverbandes mit seinen schwungvollen Evergreens für gute Laune. Aus Anlass des Jubiläums luden die Mitglieder am 4. November zu einem musikalischen Nachmittag mit böhmisch-bayrischer Blasmusik sowie Kaffee und Kuchen ein. Gefeierte wurde im Festsaal der BRK-Senioreinrichtung Kieferngarten.

Transparenz beim Spendenempfang



Initiative
Transparente
Zivilgesellschaft

Gerade jetzt in der Weihnachtszeit sind Spender, Gönner und Förderer besonders großzügig. Damit das Geld auch wirklich den Hilfsbedürftigen zugutekommt, ist ein kritischer Blick auf die Organisation, die bedacht werden soll, notwendig. Um diese Prüfung zu erleichtern, veröffentlicht das Münchner Rote Kreuz in Zusammenarbeit mit Transparency Deutschland e. V. auf seiner Webseite bei „Über uns/Transparenz“ zehn Punkte, die jedem Interessenten einen Einblick in den Verband geben. Dazu zählen unter anderem die Satzung, die Namen der wesentlichen Entscheidungsträger, Aufgabenbereiche, Einrichtungen, Beratungs- und Hilfsangebote sowie Angaben über Bilanz, Gewinn- und Verlustrechnung, Spendenaufkommen und Personalstruktur.

TERMINE

Dezember: Die Heime feiern

Am 10. und 12. Dezember im Haus Alt-Lehel und am 20. Dezember im Grünwalder Haus Römerschanz sind Bewohner, Angehörige und Ehren Gäste zum weihnachtlichen Beisammensein mit einem festlichen Menü und stimmungsvollen Bühneneinlagen eingeladen.

Bis 31.12. Winter-Tollwood

Wieder lockt das weihnachtliche Tollwood-Festival die Besucherströme auf die Theresienwiese. Täglich zwischen drei und sieben Sanitäter und Ärzte versorgen verletzte oder erkrankte Festivalbesucher sowie hilfsbedürftiger Schausteller und Gastronomen.

31.12. Silvesterlauf

Als allerletzte Gelegenheit des Jahres nutzen Tausende Hobbyläufer den traditionellen Münchner Silvesterlauf zu einer sportlichen Herausforderung. Mit vier ehrenamtlichen Helfern und zwei Fahrzeugen hält sich der Sanitätsdienst für den Ernstfall bereit.

Equilaland

An Wochenenden, Feiertagen und in den Schulferien kümmert sich der BRK-Sanitätsdienst mit jeweils zwei Einsatzkräften in der Fröttmaninger Pferde-Erlebniswelt auch im kommenden Jahr um das medizinische Wohl der kleinen und großen Besucher.

27.1. Freiwilligenmesse im Gasteig

Rund 80 gemeinnützige Organisationen, Einrichtungen und Vereine aus der Region – darunter das Münchner Rote Kreuz – präsentieren sich von 10 bis 19 Uhr mit ihren vielfältigen Angeboten für ehrenamtliche Helfer auf der Freiwilligenmesse im Gasteig. Der Eintritt ist frei.

Täuschend echt geschminkte Wunden gewöhnen die Kinder an den Anblick ernsthafter Verletzungen und lassen sie die Versorgung unter realistischen Bedingungen erleben. Nick (l.) und Johanna erweisen sich bereits als äußerst versiert.



Fotos: Xaver Lockau

Kleine Helfer – große Taten

Wie kann man schon Kinder an die Erste Hilfe heranführen?

Ein Besuch beim Jugendrotkreuz.



Hier klappt alles wie bei den Großen: Eine Gruppe von acht- bis neunjährigen Jungen läuft die Wege ab, in den Händen einen Eimer und eine lange Greifzange; eifrig sammeln sie Müll vom Boden auf. Orangefarbene Westen kennzeichnen sie als Mitarbeiter der Abfallbetriebe. Hinter ihnen schieben zwei etwa gleichaltrige Kollegen mechanische Kehrmaschinen. Es ist gar nicht so leicht durchzukommen, denn es wimmelt von Kindern. Mini-München, die Nachbildung einer großen Stadt, hat in den Sommerferien wieder seine Tore im Olympiapark geöffnet. Die Teilnehmer durchlaufen verschiedene Stationen und lernen dabei, welche Arbeiten einen Großstadtbetrieb am Laufen halten. So betreibt die „Verkehrsgesellschaft“ kleine, selbstgebaute Handwagen aus Holz, in denen Kinder sitzen, die vom „Busfahrer“ gezogen werden. Auf der Poststelle versorgen kleine Angestellte die vielen Sendungen, in der Handwerkskammer werden Gipsfiguren gegossen, und aus der Nähstube hört man das Gelächter der Mädchen, die für einen Handwerkermarkt produ-

zieren. Um Comiczeichner wirbt ein Plakat im Fenster der Kunstakademie, während per Lautsprecher eine Information zum demnächst stattfindenden Bühnenprogramm im Stadttheater übers Gelände schallt. Beim Rundgang wirkt Mini-München wie eine Stadt, in der man gerne leben möchte.

Die Teilnehmer lernen aber nicht nur die unterschiedlichen Berufszweige kennen. Sie üben auch, wie man vernünftig wirtschaftet. Wer eine anspruchsvolle Arbeit leisten möchte, wie einen Bus zu fahren und die Verantwortung für Passagiere zu übernehmen, wird erst einmal angelernt. Danach kann er dafür, dass er die anderen Kinder auf dem Handwagen durch die Gegend zieht, Spielgeld verlangen. So haben alle die Chance, durch ihre Leistung Kapital aufzubauen, das sie dann wiederum für Dienste verwenden, die sie selbst in Anspruch nehmen. Wer besonders viel angespart hat, kann im Bauhof, dem größten Bereich auf dem Mini-München-Gelände, ein Grundstück erwerben und Handwerker mit dem Bau einer Hütte beauftragen. Kühne Architek-

turen sind dort bereits entstanden: Türme und Wehrgänge, die man über Leitern erreicht, beherrschen die Skyline. Davor, auf der Dachterrasse eines der größten Bauten, lässt eine Gruppe Kinder die eigenhändig gebaute Zugbrücke herunter.

Plötzlich jedoch öffnet sich der Bauhof für das echte Leben. Ein Rettungswagen nähert sich den Hütten, diesmal ein großer, nicht aus Holz und auch nicht selbst gebastelt. Denn das gehört ebenfalls zu Mini-München: Die Kinder sollen sich ausprobieren. Und da geht trotz größter Vorsicht und vieler erwachsener Betreuer auch mal etwas schief. Heute ist ein Junge unter einen Wagen mit schweren Turnmatten geraten und hat sich schmerzhaft Prellungen zugezogen.

Während die Sanitäter aussteigen, wird auf unangenehme Weise deutlich, wie sehr Mini-München der wirklichen Gesellschaft ähnelt: Sofort bilden sich Trauben von neugierigen Kindern um das Fahrzeug. „Was ist passiert?“, die Frage rufen gleich mehrere, während sie die Helfer bei ihrer Arbeit behindern. „Aber Kinder sind erfahrungsgemäß auch immer die Ersten, die dem Rettungspersonal Hilfe anbieten!“, bricht Michaela Sieber, Leiterin des Münchner Jugendrotkreuzes, eine Lanze für die kleinen Schaulustigen. Sie und ihr Team haben den verletzten Jungen erstversorgt, den Rettungswagen gerufen und ihn eingewiesen.

Normalerweise ist Michaela Sieber hier an anderer Stelle aktiv: in der Sanitätswache gleich neben dem Nordeingang des Spielgeländes, in der das Jugendrotkreuz verletzte oder erkrankte Besucher versorgt. Denn auch in diesem Punkt zählten die Organisatoren auf die Kompetenz des Nachwuchses und betrauten die Jugendorganisation des Münchner Roten Kreuzes mit dem offiziellen Sanitätsdienst der Veranstaltung. Allerdings müssen die Helfer mindestens vierzehn Jahre alt sein und sind hier auch nur als Praktikanten der älteren Einsatzkräfte eingesetzt.

Vor dem Sanitätscontainer trösten die diensthabenden Jugendlichen gerade ein schluchzendes Mädchen, das von einer Wespe ins Handgelenk gestochen wurde. Mit einem Coolpad auf der Schwellung setzt sie sich auf eine der bereitstehenden Bänke. Drinnen in der Wache liegt ein weiteres Mädchen mit Bauchschmerzen. Eine Helferin ist bei ihr und versucht im Gespräch, die Symptome einzugrenzen. Gleichzeitig erscheint ein Betreuer des Veranstalters und fragt nach zwei zusätzlichen Helfern, die beim Transport des verletzten Jungen im Bauhof mit anpacken.

„Wespenstiche, Schnitt- und Schürfwunden sowie Bauchschmerzen dominieren unsere Einsatzstatistik“, zieht Michaela Sieber eine vorläufige Bilanz. Seit knapp drei Wochen sind ihre Schützlinge bei Mini-München aktiv. Es ist der größte Einsatz der Jugendorganisation überhaupt. Normalerweise werden die jungen Helfer nur bei ein- oder höchstens zweitägigen Veranstaltungen eingesetzt, wie Sportturnieren und Schulfesten. Unter Führung der älteren Jugendrotkreuzler machen sie sich dort mit den Abläufen vertraut und gewinnen an Erfahrung. Denn wenn es ernst wird, so wie heute im Bauhof, sind sie als Unterstützung der volljährigen Sanitäter gefordert.

„Bei Mini-München wollen alle Dienst machen“, ist Michaela Siebers Erfahrung. Die Nachwuchs-Helfer sind dann für die kleineren Versorgungen zuständig. Steht ein Rücktransport der versorgten und nun wieder gesunden Patienten an, kommt auch hier ein



Der selbst gebaute „Rettungswagen“ aus Holz, mit einem Spannbettlaken als Sonnenschutz, kommt nur zum Einsatz, wenn es den Patienten nach der Versorgung schon wieder besser geht.

selbst gebasteltes Holzgefährt zum Einsatz – ordnungsgemäß mit einem Rotkreuz-Emblem bemalt. Außerdem laden die JRKler alle anderen Teilnehmer zweimal täglich zu einem Erste-Hilfe-Kurs an der Mini-München-Hochschule ein.

Die fünfzehnjährige Julia Heinzl kam als Neunjährige zum Jugendrotkreuz. Das Aufgabenspektrum hat sie gleich überzeugt: „Es ist was Soziales, man hilft anderen und hat mit Menschen zu tun.“ An den Anblick von Blut gewöhnte sie sich schnell. Schon als Kinder lernen die Mitglieder anhand von realistisch geschminkten Verletzungen, wie beispielsweise eine Schnittwunde oder ein offener Bruch aussieht. Das härtet ab für den Ernstfall. Würde Julia denn dann aktiv werden? „Bei kleineren Sachen, wie einer Wunde, würde ich mir die Erstversorgung zutrauen. Bei einem Knochenbruch auch, wenn man ihn erkennen kann.“ Und wenn es etwas Lebensbedrohliches ist? „Dann würde ich erst einmal die Umstehenden fragen, ob schon jemand einen Notruf abgesetzt hat, und es ansonsten selbst tun.“ Sie traut auch den jüngeren Jugendrotkreuzlern schon viel Verantwortung zu und ist davon überzeugt, dass bereits kleine Kinder früh an die Erste Hilfe herangeführt werden sollten: „Wenn man sich auskennt, kann man viel machen.“



Annabella Koch (l.) und Julia Heinzl trauen sich auch anspruchsvolle Versorgungen zu.

*

„Trau dich“ heißt denn auch das Programm des Jugendrotkreuzes, das die älteren Mitglieder in Kindergärten und Vorschulen durchführen.

Verbände anlegen, Pflaster kleben, einen verständlichen Notruf absetzen und natürlich den Patienten trösten – all das zu lernen macht schon Vier- bis Fünfjährigen Spaß. Zudem wird ihnen durch die Basisversorgungen bewusst, wie wichtig es ist, in einem Notfall Verantwortung zu übernehmen und sich nicht hinter den anderen Umstehenden zu verstecken. An den Grundschulen bilden die Jugendrotkreuzler die Kinder zum „Juniorhelfer“ aus, da wird das Programm schon ein bisschen anspruchsvoller. Und an den weiterführenden Schulen kann man unter JRK-Ägide „Schulsanitäter“ werden – ist dann bei einem Notfall im Haus aber auch der erste Ansprechpartner.

Das Münchner Jugendrotkreuz betreibt, über Stadt und Landkreis verteilt, mehrere Gruppen. Im Bereitschaftsheim Oberhaching treffen sich an jedem zweiten Donnerstag rund zehn Kinder. Heute ist Ausmisten angesagt; unter viel Lärm räumen die

Jungen und Mädchen ihren Gruppenraum aus. „Das muss auch mal sein“, sagt Gruppenleiter Moritz Bernabei schmunzelnd. „Denn sobald wieder Ordnung herrscht, können wir besser arbeiten.“ Er und seine Kollegin Theresa Wagnmüller machen sich viele Gedanken, wie sie ihren Schützlingen den medizinischen Stoff auf spannende Weise vermitteln. „Man muss gerade bei den Jüngeren schauen, dass man niemanden überfordert“, ist ihr bewusst.

Die elfjährige Johanna und der ein Jahr ältere Nick sind seit den Anfängen der Gruppe dabei. Beide können sich noch genau an ihre erste Lehrstunde erinnern. Da wurden verschiedene Verbände geübt, das fanden sie cool. „Die Wickeltechniken zu lernen hat Spaß gemacht“, meint Nick. Er findet es gut, anderen Menschen helfen zu können. Johanna will später Ärztin werden. Doch als sie das erste Mal eine geschminkte Verletzung sah, war sie von diesem Anblick doch überrascht: „Das sah echt krass aus!“ Mittlerweile hat sie sich daran gewöhnt. Denn die JRKler unterstützen die erwachsenen Ehrenamtlichen auch bei deren regelmäßigen Übungen.



Das theoretische Wissen muss sitzen, bevor es in den ersten Einsatz geht. Die JRK-Gruppenleiter versuchen aber, das fachliche Know-how möglichst spielerisch zu vermitteln.

gen. Realistische Szenarien werden dann aufgebaut, zum Beispiel ein Autounfall mit mehreren Fahrzeugen oder ein verunglückter Zug. Dramatisch geschminkte „Patienten“ schreien vor Schmerz oder laufen in Panik davon. „Mit einer solchen Kulisse muss man erst vertraut werden“, weiß Theresa Wagnmüller. Die Jugendrotkreuzler übernehmen bei diesen Übungen Patientenrollen oder schauen dem Geschehen einfach nur zu, gucken sich die Abläufe der Erwachsenen ab und lernen viel dabei. Moritz Bernabei erklärt das Konzept: „Wir versuchen, die Kinder auf möglichst viele unterschiedliche Notfälle vorzubereiten.“

*

Mit ihrem Wissen würden auch Johanna und Nick in einer Notsituation aktiv werden: „Hingehen, fragen, was passiert ist, und dann entweder gleich einen Rettungswagen oder erst einmal einen Erwachsenen rufen.“ Dazu würden sie auch bei Fremden klingeln. „Außerdem haben die meisten ein Auto vor dem Haus stehen – darin gibt es immer einen Verbandkasten.“

Theresa Wagnmüller und Moritz Bernabei versuchen in ihren Gruppenstunden, Wissensvermittlung und Spaß bestmöglich zu verbinden. „Die Kinder haben einen langen Schultag hinter sich“, sagt Theresa, „da müssen sie sich erst einmal austoben.“ Daher steht manchmal einfach nur Freizeit auf dem Programm: eine Faschings- oder Halloween-Party, Plätzchenbacken in der Vorweihnachtszeit, Eisessen, Gesellschaftsspiele, Sport oder ein spannender Kinofilm. Und wenn wieder Erste Hilfe vermittelt wird, dann oft auf unterhaltsame Weise. So gibt es beispielsweise im

Gruppenraum ein Medizin-Memory, mit dem sich die Kinder spielerisch mit dem Metier beschäftigen. Zeichentrick-Schulungsfilme des Roten Kreuzes führen die Kleineren an das Thema heran. Regelmäßig kommen auch Mitarbeiter des Rettungsdienstes in die Gruppenstunden, berichten den Kindern, wie sie arbeiten, oder erklären Krankheiten wie Diabetes und Schlaganfall.

Die Jugendlichen beherrschen nahezu die gesamte Palette der Ersten Hilfe. Sie können sogar ein Defibrillationsgerät bedienen und trauen sich die Herz-Lungen-Wiederbelebung zu. Woher nehmen sie den Mut, im Falle eines Kreislaufstillstands die lebensrettenden Maßnahmen vorzunehmen? Mögliche Berührungspunkte hat eine der Oberhachinger Betreuerinnen den Kindern ganz pragmatisch genommen: „Ein Mensch mit Herzstillstand ist eh schon klinisch tot. Ihr könnt bei der Reanimation also nichts falsch machen. Wenn ihr aber mutig seid und helft, hat er vielleicht noch eine Chance!“

Bei den Kindern besonders beliebt ist das Medizin-Memory, das auch mal unter freiem Himmel gespielt wird.





BAVARIA Treppenlift

Markentreppenlifte zum günstigen Preis

→ ab 0 € bei Pflegestufe 1

→ passt praktisch überall

- ✓ für gewendelte und gerade Treppen
- ✓ neu oder gebraucht
- ✓ bis 5 Jahre Garantie
- ✓ auch Miete und Finanzierung
- ✓ schnelle Lieferung
- ✓ fachgerechter Einbau
- ✓ 24 Stunden-Service



handicare

**BEWÄHRT
ZUVERLÄSSIG
SICHER**

Kostenfrei anrufen: 08 00 / 58 88 654

Bavaria Treppenlifte

(ik) – Kompetenz, langjährige Erfahrung, freundlicher Service und Flexibilität sind die Stärken von Bavaria Treppenlift.

Bavaria Treppenlift berät in allen Fragen rund um den Treppenlift – von Einbaumöglichkeiten (auch in Mietwohnungen) bis hin zu Finanzierungsfragen und Zuschüssen durch die Pflegeversicherung/Krankenkassen oder andere Kostenträger. Treppenlifte können nach Prüfung durch die Regierung Oberbayern oder der Stadt München bezuschusst werden. Gerne unterstützt Sie Bavaria Treppenlift bei der Antragstellung. Durch diesen kostenlosen und kompetenten Service

ist die Anschaffung eines Treppenlifts für jedermann möglich. Die Montage dauert nur vier Stunden und verursacht keinerlei Schmutz. Auch nach dem Einbau verbleibt Bavaria Treppenlift Ihr kompetenter Ansprechpartner.

Bavaria Treppenlift versteht sich als Dienstleister in Sachen Mobilität und Barriere-Freiheit. Bavaria Treppenlift bedeutet: Treppenlift vom Spezialisten! Das umfangreiche Sortiment an Modellen für den Innen- oder Außenbereich in vielen ansprechenden Farben mit zahlreichen Optionen garantiert optimale Anpassung des Treppenlifts an Ihre Bedürfnisse und Ihr Wohnambiente. Alle Anlagen sind ISO und CE zertifiziert. Sie erfüllen die strengen europäischen und deutschen Sicherheitsnormen und werden fachgerecht und sauber eingebaut.

Sicherheitseigenschaften wie automatischer Sensor-Stopp, Dreh- und Klappsitz, selbstladender Akkumotor, Beckengurt, Sicherheitsendschalter, zeitverzögerter Sanft-Start und -Stopp, durchgehende Bediensteuerung sowie mobile Fernsteuerung sind bei allen Treppenliften Standard.



Das umfangreiche Sortiment an Modellen für den Innen- oder Außenbereich in vielen ansprechenden Farben mit zahlreichen Optionen garantiert Ihnen optimale Anpassung Ihres Treppenlifts an Ihr Wohnambiente

Bavaria Treppenlift, Sämannstraße 18a, 82166 Gräfelfing, www.bavaria-treppenlift.de

„Es braucht eine treue Seele!“

Seit über dreißig Jahren sorgt Anneliese Düker im Alten- und Service-Zentrum Bogenhausen für Sauberkeit und Ordnung. Und nicht nur das ...



Foto: Marion Vogel

Wenn Anneliese Düker in ihrem knallroten Alfa Romeo vorfährt, reibt sich der Beobachter vermutlich verwundert die Augen: Aufkleber mit dem Konterfei des Rennfahrers Michael Schumacher, als dessen Fan sich die 82-Jährige bekennt, schmücken die Seitenscheiben. Und so wie der Weltmeister in Rekordtempo siebenmal, davon fünfmal hintereinander, den Formel-1-Weltmeisterschaftspokal abräumte, so geht auch Anneliese Düker ihre Aufgaben an: mit ganzer Kraft, zielstrebig, schnell und zuverlässig. Seit sie vor 33 Jahren ihre Arbeit im Alten- und Service-Zentrum Bogenhausen aufnahm, ist sie keinen einzigen Tag wegen Krankheit zu Hause geblieben.

Diese Einstellung hat sie sozusagen mit der Muttermilch aufgesogen: Geboren auf einem Bauernhof zwischen Gera und Jena, mussten sie und ihre fünf Geschwister schon früh mit anpacken, nach der Schule gleich aufs Feld. Drei Generationen lebten unter einem Dach, jeder half jedem. „Dass alte Leute ins Abseits gestellt werden, gab es bei uns nicht. Hier im ASZ höre ich oft von Klienten, dass deren Kinder weit weg wohnen und sich nicht um ihre Eltern kümmern.“ Umgekehrt zogen sich aber auch die Senioren nicht aufs Altenteil zurück, sondern suchten sich – solange es ging – ihre Aufgaben. Und so erinnert sich Anneliese Düker an liebevoll gebastelte Weihnachtsgeschenke für sie und ihre Geschwister, selbst gestrickte Strümpfe – weiß, mit Zopfmuster –, Strickkleidchen sowie den eigens gebastelten Puppenwagen mit Kissen und Decken. „Ich verstehe nicht“, wundert sie sich, „dass in den heutigen Familien die Generationen oft so separiert leben.“

Sie heiratete, bekam drei Kinder, suchte sich aber gleich wieder eine Arbeit: Im Keller ihres Hauses klebte sie abends, sobald die Kinder im Bett waren, Lampenschirme zusammen. „Ich brauche eine Aufgabe, ich habe immer gearbeitet.“ Die Familie zog erst nach Ostfriesland, dann nach Westfalen und kam Anfang der Achtzigerjahre nach München. Eine von Anneliese Dükers Schwestern lebte mittlerweile auch im Westen: im selben Haus, in dem das Münchner Rote Kreuz das Alten- und Service-Zentrum Bogenhausen betreibt. Die Hausmeisterin des

Hauses, die sich auch um das ASZ kümmerte, wollte demnächst aufhören. So erfuhr Anneliese Düker von dem frei werdenden Posten. Kurzentschlossen übernahm sie ihn. Sie füllte die neue Aufgabe aus, wie sie alles in ihrem Leben angeht, putzte, sorgte für Ordnung und machte sich bald unersetzlich.

Vor vier Jahren reduzierte sie ihre Stelle auf einen Minijob von viereinhalb Stunden pro Woche. Das Putzen fiel ihr zunehmend schwer, nun ist sie für „leichtere hauswirtschaftliche Arbeiten“ engagiert, bereitet den Kaffee für die Klienten und Helfer zu, hält die Küche in Ordnung, füllt die Vorräte auf, wischt die Tische ab, kümmert sich um die Pflanzen und schaut, ob der Reinigungsdienst alles sauber hinterlassen hat. Wobei: So richtig eingrenzen lassen sich ihre vielen Tätigkeiten nicht – überall wo die Arbeit sie anguckt, legt sie Hand an. Und wenn ihre bezahlten Stunden abgelaufen sind, macht sie einfach ehrenamtlich weiter, backt zum Beispiel aufwendige Torten für die 25 Teilnehmer des Volksliedersingens. „Die haben gefuttert“, erinnert sie sich schmunzelnd an das letzte Treffen. „Für so etwas nehme ich kein Geld!“

Anneliese Düker kennt sämtliche Besucher des ASZ. Sie freut sich, wenn sie herzlich begrüßt wird oder wenn die Leute nach ihr fragen. Der Kontakt zu anderen Menschen ist ihr Lebenselixier. Aber auch umgekehrt gelte: „Einrichtungen wie diese brauchen eine treue Seele.“

Im Sommer wurde Anneliese Düker für ihre lange Zugehörigkeit und ihr freiwilliges Engagement vom Münchner Roten Kreuz in einer kleinen Feierstunde geehrt. Steffen Lohrey, der Leiter des ASZ Bogenhausen, fasst zusammen, was seine langjährige Mitarbeiterin ausmacht: „Sie ist immer genau da, wo man sie braucht. Ich habe in meiner beruflichen Laufbahn noch nie erlebt, dass ein Mensch mit fast 83 Jahren noch so engagiert mitdenkt, seine Arbeit mit so viel Liebe macht. So jemanden muss man lange suchen! Wenn es Frau Düker nicht schon gäbe, müsste man sie erfinden!“



GLS Bank erneut Sponsor des Mitgliedsausweises

Der aktuelle Mitgliedsausweis des Münchner Roten Kreuzes verliert zum Ende des Jahres seine Gültigkeit. Für die 60 000 Fördermitglieder ist der Ausweis nicht nur ein Beleg für ihr beherztes Engagement für Menschen in Schwierigkeiten. Er enthält auch die wichtigen Kontaktdaten des Mitgliederservice und der Inlands- und Auslandsrückholdienste. Den Druck und Versand des neuen Ausweises 2019–2023 unterstützt erneut die GLS Bank.

„Auch Ihr Geld kann sich sozial engagieren“, heißt es auf den neuen Mitgliedsausweisen, die in diesen Tagen verschickt werden. Der Satz stammt von der GLS Bank und zeigt, warum sie wunderbar zum Münchner Roten Kreuz passt. „Beide engagieren sich für eine bessere Gesellschaft, stehen für eine solidarische Gemeinschaft und einen fairen Umgang“, sagt Andreas Striebeck, Leiter Kundenentwicklung bei der GLS Bank.

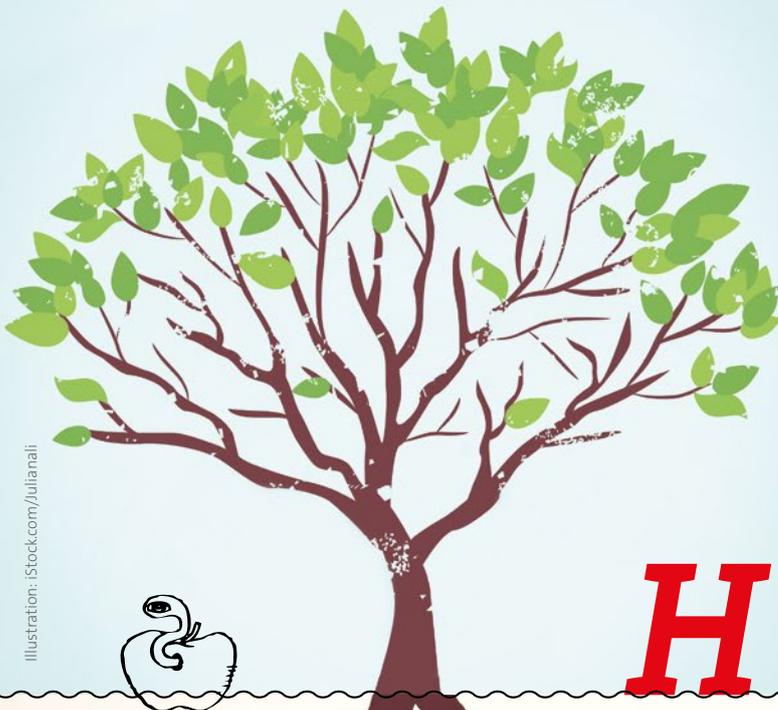
Die Bochumer Bank stellt den Menschen in den Mittelpunkt. Das heißt, Geld wird für soziale und ökologische Ideen eingesetzt. Biounternehmen gehören ebenso dazu wie Pflegeheime und erneuerbare Energien. „Der Gewinn ist nicht das Ziel, nur die Folge unseres Handelns“, erklärt Striebeck. So kann die GLS Bank jedes Jahr über 30 000 Unternehmen und Projekte finanzieren, die nachhaltig wirtschaften. Dabei folgt die GLS Bank klaren Prinzipien: keine Boni, keine Spekulationen, keine Gewinnmaximierung. Dafür gelten strenge Kriterien, die etwa Massentierhaltung und Kohlestrom ausschließen.

Seit 2008 hat die 1974 gegründete GLS Bank einen Standort in München. Ihre Filiale ist in der Bruderstraße 5a. „Die Mitglieder des Münchner Roten Kreuzes stehen für soziales Engagement und für gegenseitige Hilfe. Darum fördern wir diese wichtige Arbeit“, erklärt Andreas Striebeck. Darüber hinaus wollen das Münchner Rote Kreuz und die GLS Bank bei den Themen Gesundheit, Pflege und Leben im Alter ihr Know-how teilen und sinnvolle Projekte anstoßen.

Gleichzeitig lädt Andreas Striebeck alle interessierten Rotkreuz-Mitglieder ein, die GLS Filiale im Lehel näher kennenzulernen – sowohl im persönlichen Gespräch als auch im Rahmen einer der vielen Veranstaltungen. Termine finden Sie unter [gls.de](https://www.gls.de).



Das Team der Münchner GLS-Filiale in der Bruderstraße 5a lädt alle Interessenten ein, vorbeizuschauen und das Gespräch zu suchen.



HEIMAT

Heimat – ein Wohlgefühl, in dem vieles verortet ist.

Menschen, welche die Lust auf einen Tapetenwechsel oder wirtschaftliche Not zu einem Umzug getrieben hat, kennen vielleicht die Erfahrung, dass man mehrmals im Leben Wurzeln schlagen kann. Andere jedoch stellen fest, dass Sehnsucht und Erinnerung ein Leben lang mitziehen. Und wiederum andere glauben, ihre geliebte Heimat nur „bewahren“ zu können, indem sie Fremden den Zugang verwehren.

Warum ist Heimat für uns so wichtig? Und was löst in unserer mobilen Gesellschaft Heimatgefühle aus? Wir fragten Menschen, die es wissen müssen.

Der Kabarettist

Jörg Maurer stammt aus dem bayerischen Oberland und betrieb über 15 Jahre ein Musikkabarett-Theater in Schwabing. Er erinnert sich gern an seine Kindheit, als der Vater ihm von der Kramerspitze aus die Welt zu ihren Füßen zeigte. „Erst wenn man die Fremde sieht, kann man die Heimat schätzen“ – diesen väterlichen Satz hat der Sohn nie vergessen. Jörg Maurer lebt heute in Garmisch-Partenkirchen und hat sich als Heimatkrimi-Autor einen Namen gemacht. Sein elfter Jennerwein-Fall „Im Schnee wird nur dem Tod nicht kalt“ ist Ende Oktober erschienen.

„Heimat ist nichts weiter als die Gewöhnung an **KLEINE, ÜBERSCHAUBARE RÄUME. Je kleiner, desto besser.**“

Ich fahre viel und gern mit dem Zug. Wenn man längere Zeit alleine in einem leeren Abteil sitzt, macht man sich diesen Raum langsam zu eigen, man ergreift Besitz davon. Es muss eine Erbschaft des Cro-Magnon-Menschen sein, für ihn war vor dreißigtausend Jahren der Rückzug in eine kleine, unzugängliche Höhle sicher oft überlebenswichtig.

„Ist hier noch frei?“, fragt mich ein Fremder, nachdem er den Kopf ins Zugabteil gesteckt hat. Ich zögere einen kurzen Augenblick, ehe ich bejahe. Dieses kleine Zögern zwischen dem Ist-hier-noch-frei? und dem Selbstverständlichen-Sie-sich! dauert nur den Bruchteil einer Sekunde, trotzdem schäme ich mich dafür. Es ist kindisch und zudem sinnlos, dieses Zögern.

Aber das Gefühl, das zu dem Zögern geführt hat, ähnelt der heißen und besitzergreifenden Liebe zur Heimat.“



Foto: Gaby Gerster



Foto: privat

Angelika V. Kolmer ist die Vorsitzende des Vereins DIA Deutsche im Ausland e. V. Deutschsprachige Reisende, die sich vorübergehend oder für längere Zeit im Ausland aufhalten, erhalten hier vielfältige Unterstützung.

„Wir haben einige Deutsche im Ausland gefragt, was für sie Heimat bedeutet. Die Antworten waren gar nicht mal so verschieden: **Deine erste Heimat ist da, wo du geboren und aufgewachsen bist. Deine zweite Heimat ist, wo deine Freunde und deine Familie sind.**“ Für viele, die im Ausland leben, ist der Kontakt zu ihrer alten Heimat sehr wichtig, auch wenn sie nicht mehr dorthin zurückwollen. Mein Bruder, der in Kanada lebt, hat zu mir gesagt: „Gehst du in ein anderes Land, bist du wie ein Baum, der verpflanzt wird. Schlägst du neue Wurzeln, ist das Verpflanzen gelungen.““

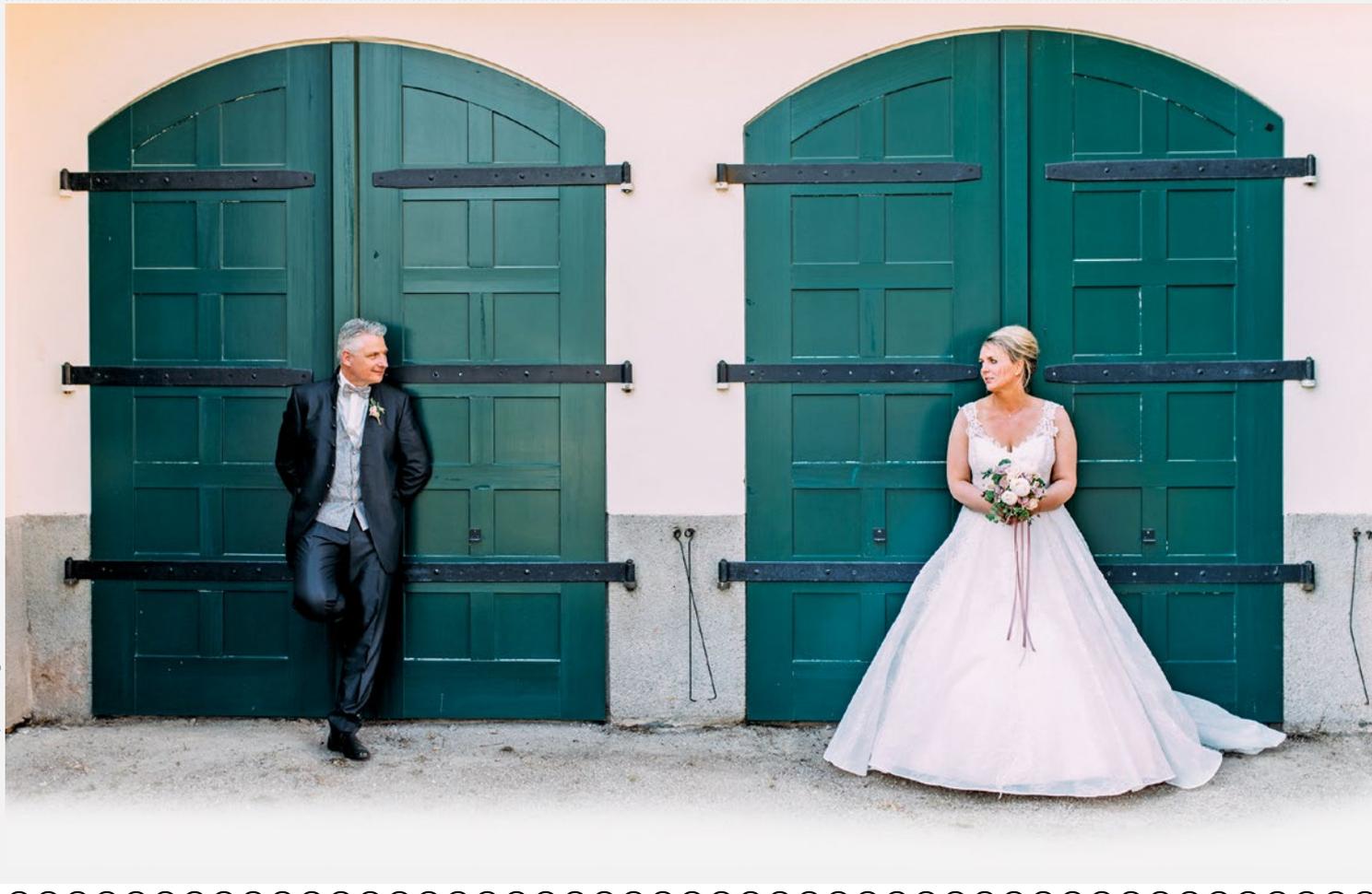
Renate Kunz stammt aus der Nähe von Dresden. 1957, noch vor dem Mauerbau, trieb die Abenteuerlust sie gen Westen.



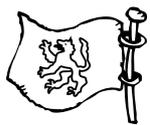
Foto: privat

„Ich war jung und unternehmungslustig. Mit einer Freundin ging ich in die Rhön und nahm eine Stelle als Küchenhilfe an. Ein Anschlussangebot führte uns nach Wiesbaden, wo wir uns als Zimmermädchen verdingten. Nach dem Krieg hatten wir ja nichts gelernt. Am Ende der Saison vermittelte uns ein Bekannter an eine Fabrik in Köln. Dann hörten wir, dass Siemens in München Leute sucht. 1960 kam ich hier an, und seitdem ist München meine Heimat. Ich habe mich hier sofort wohlfühlt und bei der Rückkehr von Reisen sehr schnell gewusst: „Ich fahre nach Hause!“

Ich denke, um ein Heimatgefühl zu entwickeln, muss man offen sein – dann braucht man es nur noch abzuwarten. Ich bin immer auf die Leute zugegangen, habe schnell Kontakt gefunden. Wer offen ist, wird auch angenommen. Und sich angenommen zu fühlen ist der erste Schritt in eine neue Heimat.“



Schlagersänger und Moderator Andy Borg wurde in der volkstümlichen Szene bekannt. Ab 22. Dezember läuft seine neue Show „Schlagerspaß mit Andy Borg“ monatlich im SWR. In Passau hat der gebürtige Österreicher eine zweite Heimat gefunden.



„HEIMAT ist für mich ein PLATZ,
an dem ich mich rundum wohlfühle ...“

und wo ich Menschen um mich herum habe, die ich gern in meiner Nähe weiß: Familie, Freunde, Nachbarn. Das kann also in meiner Geburtsstadt Wien sein, in Cham, wo die Familie meiner Frau lebt, oder rund um Passau. Ich bin zwar in Oberösterreich geboren und aufgewachsen, aber seit vielen Jahren ist das Passauer Land meine Wahlheimat. Man hat alles, was man in den großen Städten hat, und ist trotzdem in einer gemütlichen, jungen und traditionellen, modernen Stadt. Passau beweist, dass das kein Widerspruch ist.

Und meine ganz persönliche Definition von Heimat schließt natürlich die Musik mit ein. Die Bühne ist als Musiker meine Heimat, mit Musik fühle ich mich seit meiner Kindheit einfach nur wohl. Wir waren als Kinder immer im Wald Schwärmerl suchen, da haben meine Mutter und ich zweistimmig Lieder gesungen. Dann hab ich die Schlagerfährte aufgenommen und fühl mich bei den Fans des volkstümlichen Schlagers daheim, die mich so herzlich bei den Auftritten willkommen heißen. Jedes Jahr kommen die unterschiedlichsten Menschen bei Musikveranstaltungen oftmals sogar von weit her zusammen, weil sie uns Künstler erleben und zu unseren Liedern feiern möchten. Wenn das ganze Zelt mitsingt, dann weiß ich: Hier bin ich richtig! Ich könnte nie einen anderen Job machen. Ich liebe alles daran. Bis auf das Kofferpacken, das überlasse ich gerne meiner Frau.“



Seit einem halben Jahr sind **Katrin und Uwe Augustin** verheiratet. Sie lebt in Dresden, er in Freiburg. Beide fühlen sich in ihren Heimatorten stark verwurzelt, und doch ist es ihr Ziel, sich ein gemeinsames, neues Zuhause zu schaffen.

„Heimat ist für uns ein nicht so leicht zu definierender Begriff, denn wir fühlen uns an verschiedenen Orten zu Hause. Heimat ist dort, wo wir uns geborgen, verstanden und auch in schweren Zeiten willkommen fühlen. Ein gewohntes soziales Umfeld, ein bestimmter Humor, eine lieb gewonnene Lebensweise können dieses Gefühl ausmachen. Wir fühlen uns aber auch da zu Hause, wo der andere ist. Denn Heimat kann sich mit der Zeit – zum Beispiel weil man einen neuen Lebensabschnitt begonnen hat – verschieben. Andererseits ist die Heimat nicht zwingend der Wohnort, auch wenn man dort länger wohnt.“

Aus beruflichen Gründen können wir unsere beiden Wohnungen im Moment noch nicht zusammenführen. Zurzeit fühlen wir uns beide in Radebeul bei Dresden beheimatet: weil das Haus ruhig liegt, die Nachbarn aufeinander achtgeben, Freunde und Familie immer für uns da sind und wir ohne Anmeldung zu Besuch kommen dürfen. Bei unserer Suche nach einem gemeinsamen Lebensmittelpunkt lassen wir uns gern von diesem Sprichwort leiten:

„Heimat ist, wo du weg willst, wenn du älter wirst, und zurück willst, wenn du alt bist.“



Foto: Hellabrunn/Marc Müller



Rasem Baban, Direktor des Tierparks Hellabrunn,

zog vor vier Jahren mit seiner Frau und seinen drei Kindern nach München:

„HEIMAT IST ÜBERALL DA, WO ich mit meiner Familie in einer toleranten, weltoffenen und humanistisch geprägten Gesellschaft leben, wohnen und arbeiten kann.“



Foto: Iberl Bühne



Raphaela und Georg Maier, Leiter der Iberl Bühne:

„Heimat ist dort, **WO DIE SEELE WOHNEN** und sich zu Hause fühlt.“

In unserem Fall natürlich in unserem schönen Bayernland, für das unsere bayerische Seele schlägt. Ein besonderes Fleckerl Heimat ist für uns unsere Iberl Bühne, unser Volkstheater. Dort wollen wir unsere

Zuschauer mit unseren Stücken auch gerade an ihre sprachlichen, heimatlichen Wurzeln erinnern und die bayerische Heimat mit unserer wunderbaren Sprache immer wieder lebendig werden lassen.“

Philipp Ortmeier, ehemals Kulturreferent beim Bezirk Niederbayern, bereitet die erste Volksmusikakademie Deutschlands auf ihre Eröffnung vor. Im März wird die Einrichtung, deren künstlerischer Leiter er ist, im niederbayerischen Freyung ihren Betrieb aufnehmen. Hier sollen Kapellen und Sänger Raum finden, um Traditionen zu bewahren und weiterzuentwickeln.

„Ich glaube, dass das Heimatgefühl wesentlich in der Kindheit und Jugend geprägt wird: Ich zum Beispiel ging auf ein musikalisches Gymnasium – seitdem fühle ich mich in einem klassischen Orchester zu Hause. Mein Vater ist Museumsleiter, daher besuchten wir oft Museen und Galerien. Noch heute sind auf allen Reisen die örtlichen Ausstellungen meine erste Anlaufstelle. Neben lieb gewonnenen Orten spielt aber auch die Sozialisierung eine wichtige Rolle: Ich schätze beispielsweise unsere deutsche Ordnungsliebe, dass man sich an zeitliche Abläufe hält, dass alles an seinem Platz und gepflegt ist. Auch das löst ein Gefühl des Zu-Hause-Seins in mir aus. Heimat ist zudem ein wandelbarer Begriff, den man im Laufe des Lebens weiterentwickelt. Der Erfahrungs- und Erinnerungsschatz wird immer reicher, und so erschließt man sich unter Umständen neue Felder, die zur Heimat werden können. Schöpferisches Tun, etwa Musizieren, kann derart erfüllen, dass dabei das Gefühl aufkommt: ‚Hier bin ich, hier kann ich sein.‘ Deshalb ist die Musik eine große Chance für alle, die ihre Heimat verlassen müssen.“



Foto: Josef Lang



Die positiven Emotionen beim Musizieren können eine neue Heimat schaffen, auch wenn die alte weiterhin im Kopf bleibt.“

Im Jahr 2013 wurde das bayerische Finanzministerium um ein Heimatministerium ergänzt.

Albert Füracker ist der Chef des Hauses:



Foto: Bayerisches Staatsministerium der Finanzen, für Landesentwicklung und Heimat

„Das Wohlfühl-land Bayern zeichnet sich durch eine hohe Lebensqualität und starke Identifikation der Menschen mit ihrer Heimat aus. Heimat bedeutet dabei mehr als die Schaffung von wirtschaftlich perfekten Rahmenbedingungen. Die Menschen brauchen in unserer zunehmend globalisierten und sich rasant verändernden Zeit einen Anker. Heimat ist so ein Anker. Heimat ist ein Gefühl, bei dem man weiß, wo man hingehört, wo man sich wohlfühlt, wohin man immer wieder gerne zurückkehrt und wo man am liebsten wohnen und leben möchte. Es ist aber auch ein dynamischer Begriff: Heimat ist Mitgestaltung, Lebensgefühl und Sicherheit zugleich.“

Bayerns kulturelle Identität liegt nicht nur in den Großstädten, sondern vor allem im ländlichen Raum. Wir stärken deshalb den ländlichen Raum, wir machen ihn attraktiver für Jung und Alt – das ist die eigentliche Zukunftsaufgabe. Wir wollen den Menschen die Möglichkeit geben, in ihrer Heimatgemeinde zu leben und zu arbeiten, zum Beispiel durch den Ausbau von schnellem Internet. Gleichzeitig verlagern wir über 3600 Arbeits- und Studienplätze aus den Ballungsräumen vor allem in die ländlichen Regionen Bayerns. Wir haben mit der Behördenverlagerung und der Ansiedelung von Hochschulen Weichen gestellt. Ich hoffe, die Wirtschaft folgt diesen Beispielen.



Bayerische Lebenskultur ist das Fundament für unser starkes Heimatgefühl. Ob in Franken, Schwaben oder Altbayern – hier in Bayern bin ich daheim!“



Foto: privat



Im bitterkalten Januar 1945 musste die damals 22 Jahre alte **Ingeborg Lundie** vor dem Ansturm der Russen aus dem ostpreußischen Königsberg fliehen. In München wurde sie sesshaft.

„Dass die Russen so schnell vorrücken würden, war uns nicht klar gewesen. Plötzlich stand meine Großmutter in der Tür und rief: ‚Sofort alles packen, im Hafen liegen Schiffe nach Westen!‘ Wir luden nur das Nötigste auf einen Schlitten, der aber brach nach wenigen Metern zusammen, sodass wir lediglich unser Handgepäck mitnehmen konnten. Alle Erinnerungstücke, die mein bisheriges Leben in Königsberg ausgemacht hatten, blieben zurück, leider auch sämtliche Fotos. In der Eile des Aufbruchs konnten wir uns von niemandem verabschieden.

Am Ende unserer Flucht landeten wir in München. Im Laufe der Jahre habe ich hier einen großen Freundeskreis gefunden – teilweise mit einem gemeinsamen Schicksal, mit gemeinsamen Interessen –, der mir Wärme, Geborgenheit und das Gefühl der Zugehörigkeit gibt. Daher weiß ich:

Vertraute Menschen sind das Wichtigste, um sich beheimatet zu fühlen.“

Foto: privat



Die Münchnerin **Dana Newman**, **Amerikanerin tschechischer Abstammung** mit einem deutschen Ehemann, ist mit ihrem YouTube-Kanal „Wanted Adventure“ als unterhaltsame Kulturvermittlerin bekannt geworden. Ihr Buch „You go me on the Cookie!“ über die vor allem sprachlichen Eigenarten ihrer neuen Heimat Deutschland ist soeben erschienen.

„Heimat ist ein Gefühl, das für mich schwer in Worte zu fassen ist. Es gibt zum einen das Heimatgefühl, das immer dann aufkommt, wenn ich mit meinen Eltern zusammen bin, egal wo.

Dann gibt es das Heimatgefühl, das ich direkt gefühlt habe, als ich in der Prager Innenstadt zum ersten Mal aus der U-Bahn herauskam. Ich bin in den USA damit aufgewachsen, viel über meine tschechischen Wurzeln zu erfahren, da die Familie meiner Mutter dort herkommt. Ich habe immer davon geträumt, dort hinzureisen. Als ich dann 2008 zum ersten Mal in Prag ankam, konnte ich die Sprache nicht sprechen, kannte niemanden, und doch: Ich hatte das Gefühl, plötzlich und vollständig zu Hause zu sein.

Und dann gibt es noch das Heimatgefühl der Vertrautheit. Ich habe viele Jahre meines Lebens in Florida verbracht und empfinde immer noch dieses Heimatgefühl, wenn ich dorthin zurückkehre. Aber auch jedes Mal, wenn ich nach Deutschland zurückkomme, habe ich genau dasselbe Gefühl. Deutschland und im Speziellen München sind mir mittlerweile so vertraut. Ich erkenne die Gerüche, die Geräusche, wie sich die Jahreszeiten ändern, was das Wetter macht, die Sprache und regionalen Feinheiten dieser deutschen Sprache.“

Lola Paltinger, Modedesignerin und Dirndl-Visionärin:

**„HEIMAT IST FÜR MICH DORT,
WO ICH MICH GEBORGEN FÜHLE.“**

Dies nicht nur in Verbindung mit einem Ort – auch Menschen können Heimat sein und eine Heimat geben, egal wo auf der Welt man sich befindet.“

Foto: Jacklin Fotos



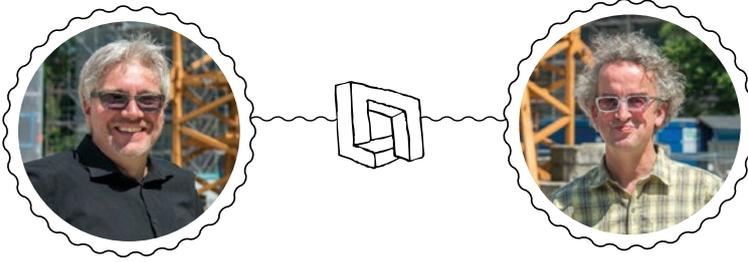


Foto: agmm Architekten + Stadtplaner

**Patric F. C. Meier (r.) und Markus Borst,
Inhaber von agmm Architekten + Stadtplaner**

im Münchner Westen, arbeiten gerade am Ko-Dorf, einer neuen, preiswerten Form des Wohnens auf dem Land, für das sich bereits über hundert Interessenten zusammengefunden haben. Das Motto der Architekten: „Nicht WAS wir bauen ist für uns entscheidend, sondern das WIE und WARUM.“

„Für uns ist Heimat eng verbunden mit einem Gefühl der Zugehörigkeit.“

Heimat lässt sich nicht einfach bauen. Aber wir als Architekten können Menschen ermöglichen, Verbindungen aufzubauen. Im Idealfall entsteht daraus Architektur, die dem Menschen ein Heimatgefühl gibt. Mit unserer neuen VielLeben-Genossenschaft wollen wir Häuser bauen, die schon über die Teilhabe am Entstehungsprozess und die daraus entstehenden Beziehungen zur wirklichen Heimat werden sollen.“



Foto: privat

Seit ihrem sechsten Lebensjahr lebt

Helena Ninou, Tochter griechischer Gastarbeiter

und verheiratet mit einem Deutschen, in München. Sie ging hier auf eine griechische Schule und verbringt heute mit ihren Kindern fast die ganzen Ferien in Griechenland, in das ihre Eltern vor wenigen Jahren zurückgekehrt sind. Sie sagt, sie habe zwei Heimaten.

„Ich bin zwischen meinen beiden Kulturen hin- und hergerissen.“

Hier bin ich keine richtige Deutsche, in Griechenland keine richtige Griechin. Aber ich versuche, das als Vorteil zu sehen und diese Einstellung auch unseren Kindern zu vermitteln: Wir haben doppelte Wurzeln und können uns aus jeder Kultur das Beste herausuchen – die Gastfreundschaft und Herzlichkeit der Griechen, die Gewissenhaftigkeit und gute Organisation der Deutschen. Ich bin nämlich sehr glücklich darüber, dass ich in Deutschland gelernt habe, strukturiert im Leben vorzugehen und auf diese Weise fest in meinem Alltag zu stehen. Dennoch hängt mein Herz an Griechenland. In einem ausschließlich griechischen Umfeld würde ich mich allerdings doch eher verloren fühlen.“

Bequemer und guter Schlaf in jeder Lebensphase.

So, wie der Mensch im Laufe seines Lebens einem beständigen Wandel unterliegt, verändert sich auch sein Schlafbedürfnis. Die Schlafdauer nimmt ab und der Schlaf wird leichter – dennoch lassen sich Schlafprobleme vermeiden.

Schlechter Schlaf ist keine normale Begleiterscheinung des Alterns, auch wenn gut die Hälfte der über 65-Jährigen an chronisch schlechtem Schlaf leidet. Hier hilft oft ein kleines Hintergrundwissen und einfache Verhaltensregeln, um Schlafprobleme zu vermeiden. Dazu sollte man zunächst wissen, dass sich das sogenannte Schlafmuster mit dem Laufe der Jahre ändert. So wird der Schlaf leichter und auch der Anteil des Tiefschlafs verringert sich. Und da sich auch die Steuerung des Stoffwechsels ändert, findet eine natürliche Verlagerung des Schlafbedürfnisses von der Nacht in Richtung Tag statt, was eine verstärkte Müdigkeit am Tage zur Folge haben kann. Daher ist es ratsam, weniger Erwartungen an den Nachtschlaf zu haben, diese Verschiebung nicht als eine Störung zu empfinden und sich dementsprechend einen Tagschlaf mit einzuplanen. Bereits diese einfache Verhaltensregel hilft, Schlafprobleme zu vermeiden.

Mit dem Alter entwickeln wir auch die Tendenz, schon frühmorgens zu erwachen. Eine geringere Ausschüttung des Schlafhormons Melatonin könnte hier, laut Forschern, eine entscheidende Rolle spielen. Häufiges Aufwachen in der Nacht kann wiederum mit einer altersbedingt steigenden Empfindlichkeit gegenüber Lärm zu tun haben. Hier können Ohrenstöpsel aus Wachs oder Silikon helfen, da sie sich geschmeidiger anpassen und damit komfortabler anfühlen als Schaumstoff.

Übrigens nimmt auch die Häufigkeit der Refluxkrankheit mit steigendem Alter zu. Idealerweise legen Betroffene den Kopf nachts höher. Am einfachsten erreicht man diese leichte Schräglage, mit einem verstellbaren Lattenrost im Bett.

Expertise für Ihren Schlaf: Wir bieten Ihnen Beratungsqualität und ein einzigartig umfangreiches Sortiment auf über 2.000 m², von der individuellen Matratze bis zum maßgefertigten Schlafzimmer. Seit mittlerweile fünf Generationen gelten wir als Bayerns erste Adresse für erholsamen Schlaf.



Auch das Kopfkissen spielt eine wichtige Rolle für den guten Schlaf. Ein klassisches weiches Kissen ist hier für die meisten das Richtige, erst später im Alter sollte es sich leicht erhöhen, da dann die Wirbelsäule weniger flexibel ist.

Und natürlich eine passende und auf die eigenen Bedürfnisse abgestimmte Matratze. Denn mit zunehmendem Alter wird der Körper für gewöhnlich empfindlicher. Um für eine Entlastung zu sorgen, ist hier eine etwas weichere Matratze ratsam. Dabei spielt auch eine angenehme Höhe des Bettes eine Rolle, um ein zu anstrengendes Aufstehen zu vermeiden.

Gönnen Sie sich also die Vorteile eines auf Ihre Bedürfnisse abgestimmten Bettes und genießen Sie so einen guten Schlaf. Lassen Sie sich von uns beraten, denn was schon Heinrich Heine wusste, kann in jeder Lebensphase gelten: Der Schlaf ist doch die köstlichste Erfindung.



Bayerns größtes Schlafzimmer-Spezialhaus.

Clarita-Bernhard-Str. 18, 81249 München, 089/41 11 94 00, www.schlafraumkonzept.de

Foto: privat

Foto: imageBROKER/Horst-Mahr/
Süddeutsche Zeitung Photo

Hundert Jahre, zwei Geschichten

Im selben Jahr wie der Freistaat Bayern feierte Heide L., Fördermitglied des Münchner Roten Kreuzes, ihren hundertsten Geburtstag.

Ein gutes halbes Jahr ist Heide L., zweite Tochter eines nordmährischen Paares, auf der Welt, als sich am 7. November 1918 im fernen Bayern dunkle Wolken zusammenbrauen. Es sind die letzten Tage des Ersten Weltkriegs, der Wunsch nach Frieden und gesellschaftlicher Veränderung liegt in der Luft. Zehntausende Münchner marschieren durchs Stadtgebiet und fordern einen politischen Neubeginn. Bereits am Folgetag führt die spontane Revolution zur Proklamation des Freistaates Bayern.

Die Familie von Heide L. treibt derweil anderes um: Sie lebt im nördlichen Teil Mährens, eines Kronlandes in Österreich-Ungarn, von Sudetendeutschen und Tschechen bevölkert. Nur elf Tage bevor der Freistaat Bayern ausgerufen wird, ist Mähren der neu gegründeten Tschechoslowakei zugeschlagen worden. Fortan prägen Rivalitäten zwischen deutschen und tschechischen Bevölkerungsteilen das Zusammenleben, während Heide L. in einer privilegierten Umgebung aufwächst.

Der junge Freistaat Bayern verzeichnet aufregende Jahre. Als französische Soldaten 1923 das Ruhrgebiet besetzen und Reichskanzler Gustav Stresemann nach Meinung des Freistaates nicht entschieden genug reagiert, sagen sich führende bayerische Politiker von der Weimarer Republik los und planen den Sturz der Reichsregierung. Zu dieser Gruppe stößt Adolf Hitler, ein lokaler Parteiführer der NSDAP. Ein Marsch unter Hitlers Führung am 9. November 1923, also fast auf den Tag genau fünf Jahre nach Gründung des Freistaates, wird jedoch niedergeschlagen.

Dennoch ist die NSDAP nicht mehr zu stoppen. Obwohl Berlin Reichshauptstadt ist, macht Hitler München, wo er jahrelang gelebt hat, zur „Hauptstadt der Bewegung“. Sein

Großmachtstreben wird bereits vor Beginn des Zweiten Weltkriegs ersichtlich. Denn im Oktober 1938 besetzen seine Truppen die überwiegend deutsch besiedelten Gebiete in der Tschechoslowakei. Der Freistaat Bayern feiert zu diesem Zeitpunkt seinen zwanzigsten Geburtstag, ebenso wie Heide L., die nach ihrem Abitur ein Lehramtsstudium für Sport in Prag aufgenommen hat.

Noch vor der Masse der Sudetendeutschen, die nach dem verlorenen Krieg ihre Heimat verlassen müssen, tritt Heide kurz vor der Kapitulation des Deutschen Reichs die Flucht in den Westen an. Sie ist mittlerweile frisch verheiratet, ihr Mann befindet sich allerdings noch als Kriegsberichterstatte bei der Truppe. Nur mit ihrem Fahrrad und einem Hutkoffer macht sie sich auf den Weg, vor sich eine unbestimmte Zukunft. Was ihr jedoch schon länger klar ist: „Wenn wir unsere Heimat verlieren, möchte ich unbedingt nach Bayern!“ Die Mentalität der Menschen dort stellt sie sich ähnlich wie die der Sudetendeutschen vor, nur halb deutsch und der Rest irgendwie eigen. Eine reizvolle Mischung, findet sie.

Sie strandet in der Porzellanstadt Selb. Um sich durchzubringen, lässt sie sich auf den Schwarzhandel mit allerlei Geschirrtteilen ein. Eines Tages, sie ist wohl verraten worden, entdecken die amerikanischen Besatzer ihr gut gefülltes Lager. Ohne ein Wort Englisch zu sprechen, trifft sie offenbar den richtigen Ton und kann ihren Kopf aus der schon ziemlich engen Schlinge ziehen. Doch ihre Geldquelle ist nun versiegt, und sie zieht weiter nach München. Sportlehrerinnen benötigt man dort in der Nachkriegszeit nicht, daher verlegt sie sich auf das Designen von Handschuhen aus Leder- und Wollresten. Handschuhe, weil hier kleinste Materialteile ausreichen. Schnell verkauft sie nach ganz Deutschland – bis zur Währungsreform 1948 allerdings schwarz, sie muss ja vom Erlös leben. Als ihr Mann aus der Kriegsgefangenschaft entlassen wird, bringt sie sogar beide durch. Man ist bescheiden und gibt sich mit dem Nötigsten zufrieden.

Ein Jahr später wird die Bundesrepublik Deutschland gegründet, mit Bayern als Bundesland. „Wozu soll dieser Zusammenschluss gut sein?“, fragt sich Heide L. Politische Verbindungen haben für sie aus Erfahrung einen faden Beigeschmack. Aber Bayern profitiert davon und nimmt am spürbaren wirtschaftlichen Aufschwung Westdeutschlands teil, zu dem die eingewanderten Sudetendeutschen anerkanntermaßen entscheidend beitragen. Anfang der fünfziger Jahre geht die Ehe von Heide L. in die Brüche. Beim Skifahren lernt sie ihren zweiten Ehemann kennen, einen Assistenzarzt am Klinikum in der Nußbaumstraße. Nach der Heirat siedelt sich das Paar im Münchner Süden an. Dort macht sich ihr Mann mit einer Praxis selbstständig, deren Organisation sie übernimmt. Über ihn kommt sie auch mit dem Roten Kreuz in Berührung, dem sie bald als Fördermitglied beiträgt: „Ich hatte immer das Gefühl, das Rote Kreuz braucht man. Die leisten so viel Gutes.“

Den Großteil ihres Lebens hat Heide L. in Bayern verbracht. Im selben Jahr wie der Freistaat feierte sie hundertsten Geburtstag. „Bayern ist meine Heimat geworden. Ich würde nirgendwo anders leben wollen.“ Sie wohnt, mittlerweile verwitwet, immer noch in ihrem Haus, unterstützt nur von einer Einkaufshilfe. Ihre altersgemäßen körperlichen Einschränkungen bereiten ihr kein Kopfzerbrechen: „Man muss positiv denken. Ich akzeptiere alles, was ich nicht mehr kann, und konzentriere mich auf das Vorhandene.“ Eigentlich wollte sie nur noch die Landtagswahl im September erleben, das war ihr gestecktes Ziel. „Aber denkste!“, sagt sie schmunzelnd. So wach und lebhaft, wie sie über ihre Vergangenheit plaudert, wird sie die Geschicke des Freistaates noch lange verfolgen können.

Revolutionäre während der Novemberrevolution in München 1918: jubelnde republikanische Soldaten vor dem Mathäuserbräu in der Bayerstraße, dem Sitz des Arbeiter- und Soldatenrats.



Foto: Scher/Süddeutsche Zeitung

Proklamation. Volksgenossen!

Um nach jahrelanger Vernichtung aufzubauen, hat das Volk die Macht der Zivil- und Militärbehörden gefürzt und die Regierung selbst in die Hand genommen. Die Bayerische Republik wird hierdurch proklamiert. Die oberste Behörde ist der von der Bevölkerung gewählte Arbeiter-, Soldaten- und Bauernrat, der provisorisch eingesetzt ist, bis eine endgültige Volksvertretung geschaffen werden wird. Er hat gesetzgebende Gewalt. Die ganze Garnison hat sich der republikanischen Regierung zur Verfügung gestellt. Generalkommando und Polizeidirektion stehen unter unserem Befehl. Die Dynastie Wittelsbach ist abgesetzt.

Hoch die Republik!

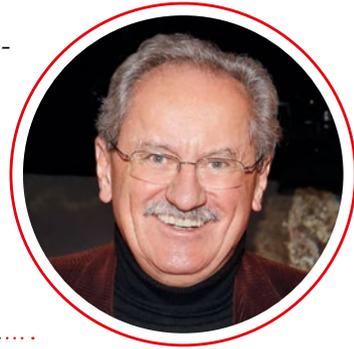
Der Arbeiter- u. Soldatenrat.

Kurt Eisner.

Foto: SZ Photo/Süddeutsche Zeitung

Höllerespekt!

Nach einem Kabarett-Auftritt auf dem Tollwood-Winterfestival traf sich Christian Ude mit zwei Helferinnen des Rotkreuz-Sanitätsdienstes. Das Engagement und die Motivation ehrenamtlich Aktiver sind ihm aus seiner Zeit als Oberbürgermeister wohlbekannt.



Fotos: Marion Vogel

Der „Weltsalon“, das große Veranstaltungszelt auf dem Tollwood-Winterfestival, ist in geheimnisvolles Dunkel getaucht. Die im Eingangsbereich ausgestellten Kunstinstallationen reichen über zwei Stockwerke, dazwischen hängen kreative Botschaften für die Besucher von der Decke. Auf einer raumhohen Leinwand schwimmen überdimensionale tropische Fische, die man von Liegestühlen aus betrachten kann, dahinter wirbt, gleich neben dem Eingang, ein Infostand für ein Ökopjekt. Nur wenige Lichtspots bieten Orientierung. Denn in der hinteren Zelthälfte, vom Foyer durch die Bühnenkulisse abgetrennt, sorgt gerade „Der doppelte Ude“ für ohrenbetäubende Heiterkeit auf den Rängen. Alt-OB Christian Ude und sein langjähriges Nockherberg-Double Uli Bauer bieten mit ihrem Politsatire-Programm Lieder und Anekdoten, die ihre Zuschauer immer wieder kreischend die Schenkel klopfen lassen.

Auf den Bierbänken vor der seitlich gelegenen Bar des „Weltsalons“ warten Naima Atabani und Sophie Klemm, ehrenamtliche Helferinnen im Sanitätsdienst des Münchner Roten Kreuzes, der auf dem Tollwood-Festival für das medizinische Wohl der Schausteller, Verkäufer, Gastronomie-Bediensteten und Besucher sorgt. Eigentlich arbeiten sie auf der Hauptwache am Westeingang des Festgeländes, sind aber heute Abend mit Christian Ude verabredet, der sich für ihre Aufgaben und Einsätze interessiert. Auf der Bühne ist er gerade mächtig in Fahrt und macht seinem Publikum die Vorteile des Rentnerdaseins schmackhaft: Da reiche die Zeit sogar, um sich intensiv mit Fernseh-Werbespots zu beschäftigen. Er rühmt die offenbar Millionen Deutschen, die allnächtlich „müssen“ müssen; jeder Einzelne könne sich nun dank der Werbung darüber freuen, Teil einer bedeutenden Bewegung zu sein. Gemischte Gefühle dagegen kämen auf, wenn man als Fernsehzuschauer zeitgleich mit dem Abendessen einen Werbespot serviert bekomme, in dem einem diese „Schleimmonster“ entgegengrinsten – nicht weniger grün als der soeben aufgetischte Salat. Und dann sei da noch der erstaunliche Stoffwechsel der bemitleidenswerten Dame, die – glaubt man der Anzahl der Werbespots dieser Firma – mehrmals täglich bestimmte Abföhrtropfen zu sich nehmen.

Bühnenpartner Uli Bauer sind die Gesangseinlagen vorbehalten: Temperamentvoll bearbeitet er den bereitgestellten Flügel, erhält tosenden Applaus für die in DJ-Manier gescratchte Anzapf-Polka („Den Wechsel in die rechte Hand, den Schlegel in die linke – und zack ... zack ...“) sowie seine Parodie „Skandal um Horsti“ (Seehofer). Das Programm endet mit einer Schilderung Christian Udes, wie er vor Jahren in eine Talkshow des Bayerischen Fernsehens eingeladen wurde und sich noch wunderte: „Die fragen doch sonst immer nur Leute aus der CSU.“ Es war jedoch, wie man ihm zusicherte, auch eine Frau Abd el Farrag auf der Gästeliste. Ude freute sich, hörte er doch orientalische Anklänge aus dem Namen heraus. Zur arabischen Hochkultur, so wusste er, würde er eine Menge beitragen können. Vor Ort stellte sich dann jedoch heraus, dass es sich bei der Gesprächspartnerin um Dieter Bohlens „Naddel“ handelte, die zunächst ihre soeben überstandene Brustvergrößerung („weil der Dieter das so lieber mag“) und dann ihr neues Koch-



Zehntausende Menschen drängeln sich jedes Jahr zwischen den Tollwood-Festzelten und -Verkaufsbuden. Entsprechend viele Versorgungen verzeichnet die Einsatzstatistik des Rotkreuz-Sanitätsdienstes.

buch („der Dieter findet es schön, wenn ich koche“) detailreich beschrieb. Da beide Moderatoren hartnäckig um diese Themen kreisten und Talkgast Ude vor lauter Fremdschämen die Worte für einen passenden Gesprächsbeitrag fehlten, war die Sendezeit vorbei, bevor er etwas sagen konnte. Nun wusste er, führt er seine Anekdote unter dem Gelächter der Zuschauer zur Pointe, warum diesmal ein SPD-Vertreter angefragt worden war.

Amüsiert hören die beiden jungen BRK-Helferinnen vom Café aus zu. „Das gefällt mir besonders an unseren Sanitätsdiensten im Kulturbereich“, kommentiert die 19-jährige Sophie Klemm. „Man kommt mit so vielen unterschiedlichen Künstlern in Kontakt.“ Naima Atabani stimmt ihr zu. Erst am Sonntag habe sie Dienst im Prinzregententheater gehabt. Dort sei ein Cellist aufgetreten, dessen Name ihr vorher gänzlich unbekannt gewesen sei. Doch seine Show habe



Alt-Oberbürgermeister Christian Ude interessiert sich für die Arbeit von Sophie Klemm (l.) und Naima Atabani. Im Gespräch kann er so manches eigene Erlebnis beisteuern.

sie fasziniert. Nie hätte sie sich für ein Cellokonzert eine Karte gekauft. „Mein Ehrenamt hat mir so wieder einmal eine positive Überraschung ermöglicht!“

Inzwischen hat „Der doppelte Ude“ eine Zugabe gegeben, den letzten Applaus entgegengenommen, und das Publikum strömt am Café vorbei zum Zeltausgang. Entspannt, mit einem Glas Rotwein in der Hand, nähert sich Christian Ude den Helferinnen. Nach der Begrüßung ist er sofort ganz Ohr für die Aufgaben und Einsätze der Rotkreuz-Sanitäter im Münchner Kulturleben. Während er sich den Inhalt des Notfallrucksacks, den die Helfer während ihrer Patrouillen auf dem Festgelände stets

mitführen, erklären lässt, kommt ihm eine Erstversorgung in den Sinn, die bei ihm selbst einmal notwendig wurde. Nur eine Viertelstunde in seinem Leben sei er Ski gefahren. Denn schon nach den ersten Schwüngen stoppte ihn ein Sturz, der einen zweifachen Spiralbruch im Bein zur Folge hatte. Da er sich auf einem Anfängerhügel befand, waren nur Kinder zur Stelle, um ihm zu helfen. Irgendwie schafften sie es, den Verletzten auf ihren kleinen Schlitten zu legen, und zogen diesen eilfertig den Hang hinunter. In ihrem Bemühen ließen sie leider das Wohl des Patienten derart außer Acht, dass bei der Überquerung einer Bodenwelle das ungeschickte Bein plötzlich und unhaltbar vom Schlitten rutschte. Christian Ude erinnert sich nicht, ob ihn am Ende dieser Alptraumfahrt das Rote Kreuz oder der Sanitätsdienst einer anderen Organisation in Empfang nahm – aber der „höllische Schmerz“ des abrutschenden Beins ist ihm bis heute präsent.

Während seiner Zeit als Oberbürgermeister hatte er viel mit dem Sanitätsdienst zu tun. Für Kirchentage, Großdemonstrationen und ähnliche Veranstaltungen werde ja immer Rettungspersonal verpflichtet, erläutert er. Aber zum Glück habe es nie schlimme Vorfälle gegeben. Doch halt, da fällt ihm ein Notfall ein, bei dem er in jungen Jahren selbst zum Ersthelfer wurde: Als Reiseleiter verdiente er sich während des Studiums etwas dazu. Dabei erlitt ein älterer Gast einen Schwächeanfall. Christian Ude weiß noch, wie hilflos er sich fühlte: „Was für eine Erleichterung, wenn das Rettungspersonal übernimmt. Die machen ja oft gar nicht viel, sondern bringen den Patienten nur ins Krankenhaus und halten ihn während des Transports stabil. Aber sie wissen genau, worauf es ankommt: Legt man den Patienten auf den Rücken, oder ist die stabile Seitenlage notwendig? Als Laie ist man ja völlig in Panik!“

Er fragt die beiden Helferinnen, was sie hauptberuflich machen und wie sie zum Roten Kreuz gefunden haben. Die 21-jährige Naima Atabani hat gerade ihr Studium der Politikwissenschaften beendet und arbeitet seit fünf Jahren ehrenamtlich beim Sanitätsdienst. Eigentlich bei der Wasserwacht, aber während eines Wiesen-Einsatzes hat sie so nette Helfer aus der Bereitschaft Pasing kennengelernt, dass sie nun zusätzlich dort aktiv ist. Sophie Klemm knüpfte während eines Schulpraktikums erste Kontakte zum Rettungsdienst. Jetzt, nach dem Abitur, leistet sie ein Freiwilliges Soziales Jahr beim Sanitätsdienst, um herauszufinden, ob ein Medizinstudium das Richtige für sie ist. „Und wie war Ihre erste Konfrontation mit der Realität?“, möchte Christian Ude wissen. Naima Atabani schildert einen Einsatz, der ihr sehr nahegegangen ist: Sie war für den Kran-



„Eine Erleichterung, wenn das Rettungspersonal übernimmt!“



„Wie haben Sie Ihren ersten ernsthaften Einsatz verarbeitet?“, möchte Christian Ude von seinen Gesprächspartnerinnen wissen.

kenstransport eines zweijährigen Mädchens eingeteilt, das unter einem bösartigen Tumor im Bauchraum litt und zum Sterben in eine Palliativstation gefahren wurde. Der Gedanke an das Kind habe sie mehr aufgewühlt als die Wiederbelebungen, an denen sie bisher teilgenommen habe. „In diesen Momenten hilft der Austausch mit erfahrenen Kollegen, die mir ihre Sichtweise nahebringen.“ Im gemeinsamen Einsatz entwickelten sich so echte Freundschaften, die ein persönlicher Gewinn beim freiwilligen Engagement seien. „Als Ehrenamtlicher lernt man Bereiche kennen, in die man sonst keinen Einblick hätte“, erklärt Naima Atabani ihre Motivation. „Man kann sich abseits vom Beruf auf einem zweiten Feld verwirklichen,

sich doch die meisten Ehrenamtlichen überhaupt erst aus Mitgefühl engagieren.“ Sophie Klemm schildert ihre Sichtweise: „Bis zu einem gewissen Grad sollte man mitfühlen. Wissen, wie es dem Patienten geht, was die Angehörigen empfinden. Aber man muss sich davor schützen mitzuleiden.“

Auf Tollwood, da sind sich die Helferinnen einig, sei die Stimmung auf den Sanitätswachen in der Regel „eher entspannt“. Zwei Stützpunkte betreibt das Münchner Rote Kreuz auf dem Festivalgelände. Naima Atabani hat in diesem Jahr bereits vier Dienste geleistet, die am Wochenende bis zu vierzehn Stunden dauern können. Sophie Klemm als FSJlerin war öfter im Einsatz. Mehrere Hundert Notfälle, wie Schnitt- und Sturzverletzungen oder Herz-Kreislauf-Beschwerden, sind in den knapp

Ob Schnittverletzungen am Handgelenk, eine ausgekugelte Schulter oder besorgniserregende Herzbeschwerden: Wachleiter Johannes Stampfer (M.) und seine Helfer verfügen in der Tollwood-Hauptwache über alles, was zur Akuthilfe notwendig ist.



Mehrmals pro Schicht verlässt eine Rotkreuz-Streife die Wache, um das Festgelände zu inspizieren. Den Notfallrucksack, der die wichtigsten Geräte und Medikamente für eine schnelle Hilfe vor Ort enthält, tragen die Helfer dabei stets mit sich.

„Nach belastenden Einsätzen hilft der Austausch mit Kollegen.“

erweitert sein Wissen, entwickelt sich persönlich weiter und stützt zusätzlich unsere Gesellschaft.“

Christian Ude kennt diese positive Einstellung zum Ehrenamt aus anderen Gesprächen: „Ich komme ja oft mit sozialen Initiativen zusammen und stelle fest, dass sich sehr viele Jugendliche unentgeltlich für andere einsetzen. Sie empfinden ihren Schul- oder Berufsalltag als zu kopflastig und möchten etwas Konkretes tun, das schnell Ergebnisse bringt. Vor diesem Einsatz habe ich einen Höllenrespekt!“ Er erzählt von einem früheren WG-Mitbewohner, der sich beim Technischen Hilfswerk engagierte. Nach einer Masenkarambolage wurde er losgeschickt, um die Körperteile der Opfer einzusammeln. „Diese plötzliche Begegnung mit dem Tod hat ihn überfordert; er konnte das nicht weitermachen.“ Fast besorgt fragt er die Helferinnen: „Hatten Sie schon einmal solche Erlebnisse?“ Naima Atabani erklärt, wie sie versucht, sich in dramatischen Situationen voll und ganz auf die Versorgung der Patienten zu konzentrieren. „Kein Mitleid zu haben ist schwierig“, beschreibt sie das Dilemma der Helfer. „Und das“, ergänzt Christian Ude, „wo

vier Tollwood-Wochen zu behandeln. Hinzu kommen etwa ebenso viele Hilfeleistungen: eine Kopfschmerztablette oder ein Pflaster ausgeben zum Beispiel.

Christian Ude weiß sehr gut um die medizinische Kompetenz der Ehrenamtlichen. Und erinnert sich an die Anfänge der öffentlich bereitgehaltenen Defibrillator-Geräte, die zum Einsatz kommen, wenn ein Patient unter Herzrhythmusstörungen leidet. Als die Stadt München begann, Defibrillatoren an öffentlichen Plätzen zu installieren, damit bei einem Notfall bereits die Passanten möglichst schnell eingreifen können, wurde auch Oberbürgermeister Christian Ude angehalten, ein Gerät in seinem Dienstwagen mitzuführen. Selbstverständlich durchlief er vorab eine entsprechende Schulung. Und erfuhr, dass die Wahl der Verantwortlichen nicht ohne Hintergedanken auf ihn gefallen war: „Wenn der Ude das kapiert, schafft das auch jeder andere Münchner!“ Er lacht laut, als er sich daran erinnert: „Die hatten recht – das Gerät ist so einfach zu bedienen ... ich könnte das heute noch!“

Landes- pflege- geld

Das kleine Extra für Pflegebedürftige

Seit diesem Jahr erhalten Pflegebedürftige ab Pflegegrad 2 in Bayern jährlich 1000 Euro zusätzlich zum Pflegegeld. Was müssen Antragsteller beachten?



Foto: iStock.com/Andrey Popov

Mal wieder ein Musical besuchen, Urlaub machen, die Kinder ins Restaurant einladen oder sich eine dringend benötigte Anschaffung gönnen: Wer mit jedem Euro rechnen muss, kann davon oft nur träumen. Doch ab diesem Jahr greift die bayerische Landesregierung tief in ihre Kasse und zahlt Pflegebedürftigen pro Jahr mit dem sogenannten Landespflegegeld 1000 Euro zur freien Verwendung. Eine zusätzliche Leistung zum Pflegegeld für die Erfüllung von Wünschen außer der Reihe.

Wir beantworten die wichtigsten Fragen:

Unter welchen Voraussetzungen erhält man das Landespflegegeld?

Der Antragsteller muss zu dem Zeitpunkt, an dem er das Landespflegegeld beantragt, in Bayern wohnen und mindestens in den Pflegegrad 2 eingestuft worden sein. Dabei ist es unerheblich, ob er zu Hause oder in einer Einrichtung gepflegt wird. Auch wenn ein Sozialhilfeträger die Heimkosten übernimmt, besteht Anspruch auf das Landespflegegeld. Einkommensobergrenzen gibt es nicht.

Ist das Geld zweckgebunden?

Nein. Der Empfänger kann damit machen, was er will, und muss auch keinen Nachweis über die Verwendung vorlegen. Ob er sich eine Reise oder neue Kleidung gönnt, das Geld verschenkt, Hilfen im Haushalt oder zusätzliche pflegerische Leistungen damit finanziert, bleibt ihm überlassen.

Muss man den Betrag versteuern oder wird er auf andere Einkommen angerechnet?

Das Landespflegegeld ist nicht steuerpflichtig. Ebenso wenig wird es auf das reguläre Pflegegeld, die Rente, Grundsicherung oder Hartz-IV-Leistungen angerechnet.

Muss man den Antrag jedes Jahr aufs Neue einreichen?

Nein, die Zahlung erfolgt nach dem ersten Jahr automatisch, ist allerdings abhängig vom Datum der Antragsgenehmigung: In dem Monat, in dem der Antragsteller zum ersten Mal das Landespflegegeld erhalten hat, wird er es auch in den Folgejahren überwiesen bekommen.

Wer beantwortet weitergehende Fragen?

Beantwortet werden offene Punkte online unter

 fragen.landesspflegegeld@stmflh.bayern.de

oder telefonisch bei

Bayern Direkt
Servicestelle der Bayerischen Staatsregierung

 0 89/1 22 22 13

(montags bis donnerstags von 8 bis 18 Uhr und freitags von 8 bis 16 Uhr)

► Wie stellt man den Antrag?

Das Antragsformular erhält man bei folgenden Institutionen:

Finanzamt München

Servicezentrum
Deroystr. 12
80335 München
Die Unterlagen liegen dort aus.

Landratsamt München

Mariahilfplatz 17
81541 München

 poststelle@lra-m.bayern.de
Fax: 0 89/62 21-22 78

Zentrum Bayern Familie und Soziales

Region Oberbayern
80323 München

 poststelle.obb@zbfs.bayern.de
Fax: 0 89/1 89 66-14 99

 Online abrufbar ist das Formular auf der Webseite der bayerischen Regierung unter:
www.landesspflegegeld.bayern.de

Neben dem ausgefüllten Antragsformular sind Kopien folgender Unterlagen erforderlich:

- › Personalausweis oder Reisepass
- › Bescheid der Pflegekasse beziehungsweise Überleitungsschreiben
- › Ggf. die Vorsorgevollmacht eines Bevollmächtigten

Diese Unterlagen gehen nun per Post an:

 **Landesspflegegeldstelle**
81050 München

(Per Fax ist dies wegen der oft schlechten Qualität der Dokumente nicht möglich.)

Antragsteller, die bereits über einen neuen Personalausweis (nPA) verfügen, können nach Anlage eines Bürgerkontos den Antrag auch online stellen unter:

 www.landesspflegegeld.bayern.de

BRK-Kreisverband München

Perchtinger Str. 5, 81379 München
Tel. 0 89/23 73-0, Fax -4 00
service@brk-muenchen.de
www.brk-muenchen.de

Ja, ich möchte eine Spende überweisen

BRK-Kreisverband München
Kreissparkasse
BIC: BYLADEM1KMS
IBAN: DE82 7025 0150 0000 0888 80

Ja, ich möchte online spenden

<https://www.brk-muenchen.de/online-spenden>

**Notruf**

Rettungsleitstelle München 112
(Rettungsdienst, Notarzt, Rettungshubschrauber)

Krankentransport 19 222

Telefonzentrale

..... 0 89/23 73-0

Mitgliederservice

Für alle Anliegen rund um die Fördermitgliedschaft .. 0 89/23 73-2 22

Erste-Hilfe-Kurse

Erste-Hilfe-Sofortmaßnahmen am Unfallort/Kindernotfälle im Säuglings- und Kleinkindalter
Sabrina Dorner 0 89/23 73-2 29

Stiftungen, Testamentspenden, Unternehmenskooperationen

Dr. Peter Behrbohm 0 89/23 73-1 35

Hausnotruf /Pflegetruf

Hausnotruf-Team 0 89/23 73-2 75

Senioren- und Pflegeheime**In der City:**

Haus Alt-Lehel, Christophstr. 12
Aneta Gerritz 0 89/45 21 64-1 15

In Grünwald:

Haus Römerschanz, Dr.-Max-Str. 3
Elke Pilz 0 89/64 18 27-0

Alten- und Service-Zentren (ASZ):

ASZ Bogenhausen, Rosenkavalierplatz 9
Steffen Lohrey 0 89/46 13 34 64-0

ASZ Freimann (im Lilienthalhaus),
Edmund-Rumpler-Str. 1
Daniela Spießl 0 89/32 98 93-0

ASZ Harlaching, Rotbuchenstr. 32
Jasmin Koch 0 89/6 99 06-60

ASZ Lehel, Christophstr. 12
Pablo Schmidt 0 89/45 21 64-1 01

ASZ Maxvorstadt, Gabelsberger Str. 55a
Birgit Schmidt-Deckert 0 89/4 11 18 44-0

ASZ Riem, Platz der Menschenrechte 10
Martin Feichtenbeiner 0 89/4 14 24 39 60

ASZ Thalkirchen, Emil-Geis-Str. 35
Elisabeth Robles-Salgado 0 89/7 41 27 79-0

Weitere Angebote für Senioren**Altenclubs**

Evelyn Lichtinger 0 89/23 73-2 61

Nachbarschaftshilfe Grünwald e.V.

Emil-Geis-Str. 4
Wolfgang Kuny 0 89/6 49 64 99 90

Offene Altenhilfe Harthof

Rose-Pichler-Weg 38
Monika Weigl 0 89/3 16 49 24

Essen auf Rädern

Sonja Karber 0 89/23 73-1 40

Therapeutische Einrichtungen**Tagesklinik Süd für Psychiatrie und Psychotherapie**

Perchtinger Str. 5
Dr. Stephan Mirisch 0 89/2373-5 80

Beratung und Betreuung**Beratungsstelle für ältere Menschen und Angehörige**

Kistlerhofstr. 88
Sinja Kasang 0 89/8 90 85 51-0

Kleiderkammer Allach

Elly-Staegmeyr-Str. 11
Hannes Hoelbe 0 89/13 03 98 81
Kleiderannahme: Mo 16–19 Uhr
(keine Annahme von Möbeln)
Kleiderausgabe: Mi 10–14 Uhr

Kleiderkammer Solln

Drygalskiallee 118 0 89/75 96 83 25
Kleiderannahme: Sa 12–13.30 Uhr
Kleiderausgabe: Sa 10.30–13.30 Uhr
und am 1. Mittwoch im Monat 16–19 Uhr

Schuldnerberatung

Christian Floß 0 89/23 73-2 64

Aidsberatung, -prävention, betreutes Wohnen

Kristina Feilmeyer 0 89/23 73-3 63

Krebsberatung

Sabine Wilck 0 89/23 73-2 76/8

Krankenhaus-Besuchsdienst

Judith Lutz 0 89/23 73-4 72

Migrationsdienst im internationalen

Beratungszentrum der LHM
Goethestr. 53 0 89/53 73 42

Migrationsberatung für Erwachsene:

Christine Müller, Habib Hamdard

Informationsstelle, Integrationskurse:

Peter Eiblmeier

Flüchtlingsberatung, nachholende

Integration: Helmut Lehner

Koordinationsstelle „Kinderbetreuung für Integrationskursteilnehmer/-innen“

Thalkirchner Str. 106
Anke Friedrich 0 89/8 90 83 60-13

Migrationsdienst im Zenetti-Treff

..... 0 89/8 90 83 60-12

Migrationsberatung für Erwachsene:

Ivana Martinovic

Jugendmigrationsdienst:

Shanna Stumpf

Suchdienst:

Ivana Martinovic, Anke Friedrich

Refugio

Beratungs- und Behandlungszentrum für Flüchtlinge und Folteropfer
Rosenheimer Str. 38 0 89/9 82 95 70

Fundraising und Unternehmenskommunikation

Sie möchten das Münchner Rote Kreuz finanziell unterstützen?

Sie haben als Medienvertreter Fragen zu aktuellen Entwicklungen?

Dann wenden Sie sich an Dr. Peter Behrbohm:

Tel. 0 89/23 73-1 35, mobil 01 60/7 15 54 50,
peter.behrbohm@brk-muenchen.de



Foto: BRK-KV München

Dr. Peter Behrbohm ist Ansprechpartner für Unterstützer und für die Medien.

Kinderbetreuung

Haus für Kinder Schwabing

Isoldenstr. 21
Agata Michalczyk 0 89/3 09 04 55 60

Kinderkrippe Schwabing

Mildred-Scheel-Bogen 3
Bianca Jänsch 0 89/3 09 04 55 10

Kindergarten und -krippe Sendling

Kürnbergstr. 17a
Edina Mehonjic-Martinovic 0 89/45 20 68 60

Kinderkrippe Forstenried

Limmatstr. 4A
Tanja Leikert 0 89/30 90 52 75 20

Kindergarten und -krippe Berg am Laim

Hachinger-Bach-Str. 11
Sandra Besagic 0 89/45 03 68 90

Kindergarten, -krippe und -hort Riem

Stockholmstr. 5
Julia Eschenbach 0 89/1 59 86 79-0

Kindergarten, -krippe und -hort Nymphenburg

In den Kirschen 87
Oliver Mader 0 89/3 09 05 19 60

Kindergarten und -krippe Harthof

Ingolstädter Str. 229
Daniela Delevic 0 89/31 82 71 31

Kindergarten und -krippe Obersendling

St.-Wendel-Str. 23
Sabine Müller-Getz . . 0 89/7 41 27 78-20

Kindergarten Isarvorstadt

Schillerstr. 31
Ina Zozmann 0 89/4 40 05 76 98

Kindergarten Unterschleißheim

An der Burg 2
Patricia Baumgart 0 89/32 15 87 96

Jugendhilfe

Offener Kinder- und Jugendtreff

Thalkirchner Str. 106
Karl-Heinz Bötzel 0 89/8 90 83 60-22
Schulbezogene Sozialarbeit:
Veronika Muscolino 0 89/8 90 83 60-11

Berufsvorbereitende Bildungsmaßnahme für sozial benachteiligte junge Menschen

Quagliostr. 9
Claudia Möller 0 89/3 09 04 06-10

Ausbildungsbegleitende Hilfen (abH) für Mädchen

Quagliostr. 9
Claudia Möller 0 89/3 09 04 06-30

Der Mitgliederservice

Vier Mitarbeiter kümmern sich um sämtliche Themen bezüglich Fördermitgliedschaft und Spenden:

- Rundum-Service für Förderer und Spender
- Ausstellung von Mitgliedsausweisen
- Zuwendungsbestätigungen für Beiträge und Spenden
- Steuerliche Absetzbarkeit der Zuwendungen
- Informationen zur Inlands- und Auslandsrückholung
- Versand hilfreicher Broschüren
- Anmeldung zu den kostenlosen Vorsorgeveranstaltungen
- Allgemeine Fragen zum Roten Kreuz, z. B. zu den Seniorenheimen, zum Hausnotruf oder Essen auf Rädern



Ihre Ansprechpartner beim Mitgliederservice: Reinhold Plate mit (v. l.) Marijana Hadrovic, Adelheid Dirnberger und Andrea Tögel.

Tel. 0 89/23 73-2 22
mitgliederservice@brk-muenchen.de

Servicestelle Ehrenamt

Sie interessieren sich für ein freiwilliges Engagement? Die Servicestelle Ehrenamt hilft Ihnen gern weiter:



(V. l.) Volker Ruland, Jasmin Ginther, Bianca Heller, Nina Renner, Markus Förseh und Sylvie Schmitt-Spacek beraten rund um ehrenamtliche Tätigkeiten beim Münchner Roten Kreuz und vermitteln Interessenten in die unterschiedlichen Aufgabengebiete.

Tel. 0 89/23 73-2 85
(Mo–Do 9–12 Uhr)

servicestelle-ehrenamt@brk-muenchen.de

Fax: 0 89/23 73 44-2 85

Persönlich:
Nach Vereinbarung

Postalisch:
BRK Kreisverband München
Servicestelle Ehrenamt
Perchtinger Str. 5
81379 München

Ehrenamtlich aktiv im Roten Kreuz

Informieren Sie sich über unsere vielfältigen Möglichkeiten für ehrenamtliches Engagement in allen unseren Einrichtungen, zum Beispiel:

- Altenbetreuung
- Berufliche Bildung
- Jugendarbeit
- Migrationsdienst
Marion Ivakko 0 89/23 73-2 80
- Sanitäts- und Betreuungsdienst
- Wasserwacht
- Bergwacht
- Jugendrotkreuz
- Katastrophenschutz
- Fachdienst Technik und Sicherheit
- Fachdienst für Information und Kommunikation

- BRK-Sani-Skater
- Fachdienst Psychosoziale Notfallversorgung
- Frauensozialdienst
- Arbeitskreis für Menschen in Not
- Rettungshundestaffel
- BRK-Motorradgruppe
Servicestelle Ehrenamt 0 89/23 73-2 85
- Hausnotruf
Hausnotruf-Team 0 89/23 73-2 75
- Musikzug
Robert Binder 01 60/3 87 57 93

Rotkreuz-Betriebe

Altkleider

Carsten Matzke 0 89/23 73-2 57

Flohmarkt

Martina Schreyer 0 89/23 73-2 51

Ein Winterpuzzle

Ordne die Bildausschnitte den Kästchen zu, sodass sich das vollständige Bild ergibt, und übertrage die Buchstaben in die Kästchen. In Pfeilrichtung ergeben sich dann drei winterliche Begriffe.



Illustration: Kanzlit

Die gesuchten Begriffe lauten:

↓	↓	↓
↓	↓	↓
↓	↓	↓
↓	↓	↓



➤ Mach mit beim Preisrätsel!

Schick uns deine Lösungen und gewinn eines von fünf Halli-Galli-Spielen: Ein großer Obstsalat mit Bananen, Erdbeeren, Limonen und Pflaumen setzt auf Reaktionsvermögen sowie Geschwindigkeit und schult nebenbei noch ein schnelles Auge. Ein Spielspaß für Groß und Klein!

Unser Briefkasten: **BRK-Kreisverband München, Mitgliederservice, Perchtinger Str. 5, 81379 München, Fax: 0 89/23 73-4 42 22, mib-raetsel@brk-muenchen.de.** Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir unsere Preise. Einsendeschluss ist der 31. Dezember 2018. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

➤ Gewinner aus Heft 3/18

Über unsere Tageskarten für die Erdinger Therme freuten sich: S. Hagel, S. Mayr. Lösung: HELFER VOR ORT

Die Gewinner der Lichtlupen: A. und P. Ardel, F. Bauer, H. Eckstein, K. Dietz, R. Hartmann, S. Mayer, M. Schneider, E. Seifert, G. Singh, F. Welz-Mitts. Lösung: KASTANIE

➤ Impressum

Menschen im Blickpunkt ist das Mitgliedermagazin des Bayerischen Roten Kreuzes, Kreisverband München, und erscheint vierteljährlich jeweils Anfang März, Juni, September, Dezember. Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten. Inhaber und Verleger Bayerisches Rotes Kreuz (Körperschaft des öffentlichen Rechts), Kreisverband München, Perchtinger Str. 5, 81379 München Herausgeber Bayerisches Rotes Kreuz, Kreisverband München Supervision Günter Hintermaier,

Dr. Peter Behrbohm Redaktion Jutta Dyhr Gerd Grieshaber GbR, Jutta Dyhr (verantwortl.), Jutta Steinhart, Am Thomahof 9, 85375 Neufahrn, Tel. 0 81 65/9 24 57 19, jd@dyhrgrieshaber.de Projektleitung, Produktionssteuerung, Anzeigenleitung Steffi Schiffner, Otto-Hahn-Str. 13b, 85521 Riemerling, Tel. 0 89/95 48 62 83, kontakt@stefi-schiffner.de Art-Direktion Gerd Grieshaber Lithografie Kolb Digital, Oberschleißheim Druck Heckel GmbH, Raudtner Str. 11, 90475 Nürnberg.

Sonder-GOLD-Aktion



Zum 70. Geburtstag unserer guten alten D-Mark



Echtes GOLD

Vorzugspreis nur:

19,95 €!

(statt später ~~111,- €~~)

PORTOFREI

Ø ca. 11 mm

Begehrte Neuprägung der original Goldmark!

- Aus kostbarem Gold (585/1.000)!
- In höchster Münz-Prägequalität „Polierte Platte“
- Streng limitiert auf weltweit nur 9.999 Komplett-Edition

Garantiert keine weiteren Verpflichtungen!

GRATIS FÜR SIE

Attraktive Armbanduhr „Brandenburger Tor“ mit versilbertem Zifferblatt im Wert von 39,95 €



Große Nachfrage erwartet. Jetzt bestellen!

(Modellbeispiel)

JA! Ich bestelle die exklusive Neuprägung „Goldmark“ (Art.-Nr. 821-302-0) zum einmaligen Vorzugspreis von 19,95 € (statt regulär 111,- €) – PORTOFREI. Ich erhalte die Goldprägung mit 21-tägigem Rückgaberecht.

Ich gehe GARANTIERT keine weiteren Verpflichtungen ein und darf die Armbanduhr in jedem Fall behalten!

Um Ihnen Informationen und Angebote von uns und anderen Unternehmen zuzusenden, verarbeiten wir auf Grundlage von Art. 6 Abs. 1 f DSGVO, auch mit Hilfe von Dienstleistern Ihre Daten. Weitere Informationen können Sie unserer [Datenschutzerklärung](http://www.muenzkontor.de) entnehmen, die Sie jederzeit auf www.muenzkontor.de abrufen oder bei uns anfordern können. **Sie können der Verwendung Ihrer Daten zu Werbezwecken jederzeit widersprechen.** Kurze Nachricht an Bayerisches Münzkontor, Kundenservice, 63735 Aschaffenburg genügt.



Schneller und bequemer geht's per Telefon:

0180 / 511 70 70*

oder online unter

www.muenzkontor.de/goldmark

(*14 Cent/Min. a.d. Festnetz; max. 42 Cent/Min. a.d. Mobilfunk)

Meine Anschrift:

Frau

Herr

Bestell-Nr.: **93G - 03**

Vorname, Name

Straße, Hausnummer

Postleitzahl

Wohnort

Es gelten die AGB des Bayerischen Münzkontors®. Diese können Sie unter www.muenzkontor.de nachlesen oder schriftlich bei uns anfordern. Ihr Vertragspartner: HMK V AG, Leubernstrasse 6, CH-8280 Kreuzlingen

Datum

Unterschrift

Coupon ausfüllen und sofort abschicken an: Bayerisches Münzkontor • Abt. Reservierung • 63735 Aschaffenburg

Ihr Schlaf. Mit Boxspringbetten von STEPHAN, so individuell wie Ihr Leben.



Mit unserer besonders hohen Beratungsqualität und einem Showroom von über 2.000 m² mit mehr als 70 Betten tun wir alles, damit Sie Ihren tiefen Schlaf finden. Kein Wunsch bleibt dabei unerfüllt, von der individuellen Matratze, bis hin zum maßgefertigten, komplett eingerichteten Schlafzimmer.



Bayerns größtes Schlafzimmer-Spezialhaus.

Clarita-Bernhard-Str. 18, 81249 München, 089/41 11 94 00, www.schlafraumkonzept.de

