

DRK aktuell

Neues aus Ihrem DRK-Kreisverband Kaiserslautern-Stadt



Rettungsdienst Westpfalz GmbH
Modernste Notfallmedizin

Rotkreuztag für die ganze Familie
Am 9. Mai auf der Gartenschau

Mein DRK auf einen Blick
Informationsblatt zum Heraustrennen

Der Sanitätswachdienst

Die Bereitschaft übernimmt im DRK vielfältige Aufgaben. Eine davon ist der Sanitätswachdienst.



Bei Fußballspielen des 1. FCK, Konzerten oder Theaterstücken bis hin zum Altstadtfest oder Firmenlauf – das Ehrenamt des DRK ist immer da, um zu helfen.

9



Seien Sie dabei! Zum siebten Mal startet in diesem Jahr das beliebte Entenrennen am Gelterswoog. Es locken tolle Preise!

4



Spielend einfach! In der „Guud Stubb“ finden zahlreiche Spielereffs für alle Altersklassen statt.

6



DIE GARTENSAISON IST ERÖFFNET!



Gestalten Sie mit uns Ihre Wohlfühl-Oase, die genau zu Ihren Wünschen passt. Besuchen Sie unsere Ausstellung und erleben Sie eine breitgefächerte Auswahl an exklusiven Terrassendielen.

TROMSDORF

Kreative Lebensräume.

REGIONAL . AUTHENTISCH . ZUVERLÄSSIG

www.tromsdorf.de

Editorial

"Ich möchte Ihnen unseren DRK-Store ans Herz legen. Hier finden Sie eine große Auswahl an aktuellen Markenkleidungsstücken zum ganz kleinen Preis. Der Erlös kommt den Menschen hier in der Region zugute."



Lenkt die Geschicke des DRK-Kreisverbands Kaiserslautern-Stadt: Vorstand Marco Prinz.

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

es wird merklich Frühling. Die Tage werden deutlich länger, die Vögel singen und auch der etwas verspätet doch noch kurz "heringeschneite" Winter, hat daran nichts ändern können. Allerdings scheint es mir fast so, als würde dieses Jahr besonders schnell voranschreiten. Besonders bewusst wird mir das, wenn ich auf unseren Neubau schaue. Die Bauarbeiten verlaufen bisher hervorragend und meine Mitarbeiter und ich freuen uns darauf, im Herbst in unsere neuen, modernen Büros umziehen zu können.

Die Mietwohnungen, die ebenfalls in diesem Gebäude entstehen, haben schon jetzt viele Interessenten. Sie werden ein Zuhause für urbane Menschen sein. Mehr darüber lesen Sie in dieser Ausgabe. Mit großer Vorfreude sehen wir auch dem Weltrotkreuztag entgegen, anlässlich dessen wir am 9. Mai mit Ihnen einen schönen Tag auf der Gartenschau verbringen möchten. In diesem besonderen

Rahmen möchten wir mit Ihnen ins Gespräch kommen, Ihnen unsere Arbeit vorstellen und alle Ihre Fragen zum DRK-Kreisverband Kaiserslautern-Stadt beantworten. Weiter hinten finden Sie in dieser Ausgabe viele Informationen dazu, was Sie am 9. Mai in der Gartenschau erwartet.

Gibt es einen schöneren Grund, den Kleiderschrank zu sortieren, als den Frühlingsbeginn? Da möchte ich Ihnen unseren DRK-Store ans Herz legen. Hier finden Sie eine große Auswahl an aktuellen Markenkleidungsstücken zum ganz kleinen Preis. Der Erlös kommt Menschen hier in der Region zugute. Sollten Sie beim Sortieren Ihrer Garderobe Stücke finden, die Sie nicht in die aktuelle Saison mitnehmen möchten, freuen wir uns immer über Ihre Spende. Gerne können Sie gut tragbare Kleidung direkt im Store abgeben. Nun wünsche ich Ihnen viel Spaß mit unserem aktuellen Magazin

Ihr Marco Prinz

HELFEN: WERDEN SIE FÖRDERMITGLIED

Bereits ab fünf Euro im Monat können Sie Fördermitglied des DRK-Kreisverbands Kaiserslautern-Stadt werden.

Mitgliedschaften liegen im Trend. Laut Bertelsmannstiftung war im Jahr 2017 rund jeder zweite Bundesbürger Mitglied in einem Verein. Vor allem die karitativen Vereine haben laut Umfragen in den letzten 15 Jahren einen erheblichen Zuwachs an Mitgliedern verzeichnen können. Doch die große Anzahl an Vereinen und die immer aggressiver werdenden Werbemaßnahmen der verschiedenen Anbieter machen es den seriösen Traditionsvereinen nicht immer leicht, im Kampf um die Gunst der Interessenten wahrgenommen zu werden. Wir vom DRK-Kreisverband Kaiserslautern-Stadt haben uns bewusst gegen opulente Werbeaktionen entschieden, weil wir wissen, dass das, was wir leisten, für sich spricht. Wir wissen, dass in der strukturschwachen Westpfalz die meisten Menschen genau hinsehen, wem sie ihr Geld anvertrauen. Deshalb schaffen wir, wo immer möglich, Win-Win-Situationen. Ihr Mitgliedsbeitrag hilft uns andere Menschen hier in der Region zu unterstützen und Angebote zu entwickeln, die allen Kaiserslauterern zu bezahlbaren Preisen offen stehen. Und wer einmal in die vielfältige Welt des DRK eingetaucht ist, der weiß, dass wir für jede Lebenssituation und jeden Lebensentwurf etwas zu bieten haben. Insofern: Auch wenn Sie nicht jedem Trend folgen, eine Mitgliedschaft beim DRK Kreisverband Kaiserslautern-Stadt macht Sinn. Werden Sie ein Teil der DRK-Familie! Einen Fördermitgliedsantrag finden Sie auf Seite 16.

Unser Spendenkonto:

SSK Kaiserslautern, IBAN DE56 5405 0110 0000 1282 80, SWIFT-BIC MALADE51KLS

Ehrung: Großes Engagement gewürdigt

Vizepräsidentin Dr. Bettina Goebelsmann ehrt langjährige Mitglieder

Der DRK-Kreisverband Kaiserslautern-Stadt hat im Dezember langjährige Mitglieder für ihren Einsatz und ihre treue Verbundenheit zum DRK geehrt. Die Ehrung wurde von Vizepräsidentin Dr. Bettina Göbelsmann vorgenommen.

Sie betonte die wesentliche Bedeutung des Ehrenamtes und nannte sie eine „tragende Säule des DRK“. Sie lobte das Engagement und das Herzblut, mit dem sich die ehrenamtlichen Helfer in den Dienst der Gesellschaft stellen. „Wir könnten unsere wichtige Arbeit ohne dieses ehrenamtliche Engagement nicht leisten“, lobte die Vizepräsidentin. Geehrt wurden an diesem Abend für jeweils fünf Jahre ehrenamtliches Engagement Jana Burst, Karin Fuchs und Inge Breitenbruch, für 20 Jahre Katharina Jonas, und Michael Mährlein für 30 Jahre.

Seit 50 Jahren ist Michael Metzger dem DRK Kreis-



Von links: Dennis Fox (Kreisbereitschaftsleiter), Venant Pirrotte (stellv. Kreisbereitschaftsleiter), Marco Prinz (Vorstand), Karin Fuchs, Michael Metzger, Vizepräsidentin Dr. Bettina Göbelsmann, Jana Burst, Katharina Jonas, Michael Mährlein und Susanne Günther (Kreisbereitschaftsleiterin). Foto: Wochenblatt/Schäfer

verband Kaiserslautern-Stadt bereits treu verbunden. Das Kreisverbandsvorstands- und Kreisverbandsausschussmitglied war in dieser Zeit in vielen Funktionen für das DRK aktiv und ist als Rotkreuzbeauftragter und Ehrenmitglied des Kreisverbandes ein unverzichtbarer Ansprechpartner im Kreisverband. Für sein vielfältiges Engagement erhielt er die goldene Ehrennadel des DRK-Bundesverbandes. Harry Dinges, der viele Jahrzehnte als Leiter des Jugendrotkreuz den Kreisverband geprägt hat, erhielt vom DRK Bezirksverband Rheinhessen-Pfalz die Auszeichnung „Helfende Hand“. Er wurde an diesem Abend auch offiziell verabschiedet. Seine Nachfolge hat sein Sohn Christian angetreten.

Ehrenamt: Delegation des Kreisverbands trifft Ministerpräsidentin Malu Dreyer

Ministerpräsidentin würdigt das Engagement ehrenamtlicher Helfer

Eine Delegation des DRK-Kreisverbands Kaiserslautern-Stadt hat Ministerpräsidentin Malu Dreyer getroffen.

Auf ihrer „Im Land daheim“-Tour hat die Ministerpräsidentin verschiedene ehrenamtliche Initiativen in Kaiserslautern besucht. Unter anderem hatte sie interessierte Bürger zu einem Bürgergespräch eingeladen. Viele nutzen die Möglichkeit, Fragen oder Anliegen vorzutragen. Dreyer zeigte sich beeindruckt von dem vielfältigen Engagement. Sie lobte die Verantwortung, die die ehrenamtlichen Helfer für die Gesellschaft übernehmen und betonte, dass sie mit diesem Einsatz für gesellschaftlichen Zusammenhalt sorgen.

Ehrenamtliches Engagement sei nicht selbstverständlich und unbezahlbar. Sie sicherte den Vereinen bestmögliche Unterstützung zu. Insbesondere die Ehrenamtsförderung werde weiter betrieben.



Entenrennen: Das beliebte Familienfest geht in die siebte Runde — Seien Sie dabei!

Am 23. August heißt es am Gelterswoog für die quietschgelben Badeenten wieder "Leinen los!".

Mit dem beliebten Entenrennen startet am 23. August am Gelterswoog wieder eines der schönsten Familienfeste im Lautrer Veranstaltungskalender. Tausende quietschgelbe Badeenten werden sich wieder in einem packenden Wettlauf messen, bis am Ende ein würdiger Sieger gekürt wird. Sichern Sie sich rechtzeitig Ihre Lose! Denn wenn eine Ihrer Patenenten im Ziel den Schnabel ganz weit vorne hat, winken tolle Preise. Der Vorverkauf beginnt nach Ostern. Lose sind im DRK-Haus in der Augustastraße, im DRK-Store und bei Globus erhältlich. Der Erlös kommt der Kindertrauerbegleitung des DRK Kreisverbands Kaiserslautern-Stadt zugute. Seien Sie dabei! Denn auch abseits des Renngeschehens gibt es viel zu entdecken. Radio Antenne sorgt für mitreißende Musik und Moderation, ein buntes Rahmenprogramm und ein ganz neues Verpflegungskonzept versprechen beste Unterhaltung für Jung und Alt.



ININGER

Heizung - Sanitär

• Komplett-Fertigbäder aus einer Hand •

**Traumhafte Bäder,
sparsame Heizsysteme,
erneuerbare Energien -
wir bieten Ihnen all das.**

Und natürlich einen 1-A-Kundenservice.

Besuchen Sie unser modernes Bad- und Energiestudio und lassen Sie sich inspirieren — **den Rest machen wir!**

Ininger GmbH
Deutschherrnstraße 2
67661 Kaiserslautern
Tel. 0631-50995
www.ininger-haustechnik.de

**BÄDER UND WÄRME ZUM WOHLFÜHLEN -
wir machen das für Sie!**

 **Vaillant**
Kompetenzpartner. Ausgezeichnet.*

Ihr Vaillant Kompetenzpartner
★ in Kooperation mit Fraunhofer IML

SERVICEBÜRO: WOHNEN IM QUARTIER

Das Projekt der Bau AG „Nils – Wohnen im Quartier“ im Grübentälchen steht für Nachbarschaftliches, inklusives, lebenswertes, selbstbestimmtes Wohnen im Quartier. In 56 barrierearmen Mietwohnungen leben gesunde und kranke Menschen in den verschiedensten Lebenssituationen Tür an Tür.

Die „Guud Stubb“, ist das Herzstück. Hier können sich die Nachbarn aus dem Quartier treffen, kennenlernen und miteinander Zeit verbringen. Die Freizeitaktivitäten werden von den Bewohnern in ehrenamtlichem Engagement angeboten. Tatkräftig beraten und bei der Koordination unterstützt werden sie dabei durch das angegliederte Servicebüro. Im Grübentälchen wird es vom DRK Kreisverband Kaiserslautern-Stadt geleitet.

Es steht allen Quartiersbewohnern rund um die Uhr als Ansprechpartner mit einem 24-Stunden-Leistungsangebot im pflegerischen, hauswirtschaftlichen und sozialen Bereich zur Verfügung. Diese Angebote, die für Menschen in allen Lebenssituationen interessant sind, können täglich zu- und abgewählt werden. So wird mit unserer Unterstützung „Nils wohnen im Quartier“ im Grübentälchen zu gelebter Nachbarschaft.

Weitere Informationen:

Tina Geib
DRK-Servicebüro
Friedensstraße 63
67657 Kaiserslautern
Telefon 0631 800 93-144
t.geib@kv-cls.drk.de
oder bei der Bau AG

GEMEINSCHAFT: Spielend einfach

SERVICEBÜRO

Til Geib über das vielfältige Spielertreff-Angebot in der Guud Stubb



Jede gute Gemeinschaft fußt auf der Fähigkeit, gerne beisammen zu sein und die gemeinsame Zeit zu genießen. Nichts verbindet mehr, als gemeinsam ein Spiel zu spielen. Der Spaß steht im Vordergrund, man lacht, entspannt, und der Ernst des Alltags tritt in den Hintergrund.

Das Angebot für Kinder und Jugendliche

„Nils - wohnen im Quartier“ im Grübentälchen bietet in der beliebten Guud Stubb gleich zwei Veranstaltungen an, die sich an die Jüngsten im Quartier richten. Mit einem Eltern-Kind-Spielenachmittag für Kinder im KiTa-Alter, wird die Möglichkeit geboten, über den Kindergarten hinaus neue „Spielgefährten“ kennenzulernen und sich an den netten Umgang und das Beisammensein mit Gleichaltrigen zu gewöhnen. Es findet jeden Freitag von 14 bis 16 Uhr in der „Guud Stubb“ Friedensstraße 63 statt.

Auch für Schulkinder und Jugendliche gibt es ein entsprechendes Angebot. Jenseits von Handys und Fernsehen verbringen sie hier gemeinsam eine gute Zeit und spielen Brettspiele wie

„Monopoly“ oder Kartenspiele wie „Uno“ und „Mau Mau“. Es findet jeweils am ersten oder zweiten Samstag im Monat von 15 bis 18 Uhr statt.

Das Angebot für Erwachsene

Der Spaß am gemeinsamen Spielen verschwindet mit dem Älterwerden nicht. Daher gibt es auch für die erwachsenen Quartiersbewohner einen Spielesachmittag. Organisiert von Bewohnern des Projektes „Nils - Wohnen im Quartier“ im Grübentälchen finden sich hier einmal die Woche Bewohner aus dem Quartier zusammen, um einen gemütlichen Nachmittag bei Snacks, Getränken und Spielen, aber vor allem in bester Gesellschaft zu verbringen. Er findet jeden Mittwoch ab 16 Uhr statt.

Alle Bewohner des Quartiers haben die Möglichkeit, sich mit solchen oder ähnlichen Veranstaltungen in der Guud Stubb einzubringen. Bei Interesse besuchen Sie uns montags, dienstags oder donnerstags in der Zeit von 13 bis 17 Uhr im DRK Servicebüro oder rufen Sie uns an! Wir freuen uns auf Ihre Ideen und Ihr Engagement.

BAUVORHABEN: Innenausbau startet

Die ersten beiden Stockwerke sind mittlerweile mit Fenstern und Türen ausgestattet. Mit den nun beginnenden Innenausbauarbeiten ist ein neuer Meilenstein des Bauvorhabens erreicht.



„Der milde Winter hat uns in die Karten gespielt.“ DRK-Vorstand Marco Prinz zeigt sich mit dem Baufortschritt hoch zufrieden. Gleich zu Beginn hatte es eine Verzögerung beim Erdaushub gegeben, der den Zeitplan um einige Wochen zurückgeworfen hatte. „Um dies einzufangen hat die Firma F.K. Horn einen weiteren Kran und ein weiteres Team eingesetzt“, berichtet Prinz. Dadurch konnte der zeitliche Verzug eingeholt werden und die Bauarbeiten liegen voll im Zeitplan. Damit das auch so bleibt, werden Rohbauarbeiten im Obergeschoß und die Innenausbauarbeiten im Erdgeschoß parallel ausgeführt. Dazu wurden das Erdgeschoß und das erste Obergeschoß in den vergangenen Wochen bereits mit Türen und Fenstern ausgestattet, so dass die Arbeiten geschützt ausgeführt

werden können.

Die Mitarbeiter des DRK freuen sich auf den Umzug in die neuen Räumlichkeiten. Das alte Gebäude – auch wenn es von allen geschätzt wird – ist baulich bedingt nicht an die Erfordernisse eines modernen Arbeitsplatzes anzupassen. „Der Neubau ist deshalb ein unabdingbarer Schritt, um unseren DRK-Kreisverband in die Zukunft auszurichten“, so Prinz. „Wir haben großartige Mitarbeiter, die jeden Tag kollegial Hand in Hand arbeiten, um anderen auf vielerlei Weise zu helfen, sie beruflich oder privat weiterzubringen oder ihnen die Integration in unsere Gesellschaft zu ermöglichen. Diese guten Mitarbeiter möchte man nicht nur halten, man möchte ihnen auch eine Arbeitsumgebung schaffen, in der sie effektiv und zufrieden arbeiten können“, erklärt er.

Ein Aspekt, der dem DRK vor allem am Herzen liegt, ist die Barrierefreiheit. Die war im alten Verwaltungsgebäude nicht gegeben, was für Mitarbeiter und Besucher oft eine Herausforderung darstellte. Die vorhandenen Hürden konnten zwar immer gemeinsam und mit gutem Willen überwunden werden, dennoch wird die moderne, barrierefreie Umgebung eine deutliche Erleichterung für alle sein.

Während man in den ersten Monaten nur erahnen konnte, wie das Gebäude einmal aussehen wird, kann man jetzt bereits die Architektur erkennen und sieht, wie sich das Gebäude in die Umgebung einfügt.

Info zum Servicewohnen:



www.iwg-kl.de


DIE LEITUNG: AXEL GILCHER





Leitet den größten Leistungserbringer im Bereich Rettungsdienste in der Region: Axel Gilcher.



Die DRK-Rettungsdienst Westpfalz GmbH

 13 Rettungswachen im Stadtgebiet und im Landkreis Kaiserslautern, sowie in den Landkreisen Kusel und Donnersbergkreis.

 Die 250 hauptamtlichen Mitarbeiter werden von rund 200 Ehrenamtlichen, die mindestens über die Qualifikation Rettungssanitäter verfügen, unterstützt

 Auf den Rettungswachen sind insgesamt 17 Rettungswagen, sechs Notarztsatzfahrzeuge und 27 Krankentransportwagen stationiert. Mit dieser Fahrzeugflotte rücken unsere Mitarbeiter zu rund 220 Einsätzen am Tag aus

Weitere Informationen Axel Gilcher

Augustastraße 16-24
67655 Kaiserslautern
Tel.: 0631/ 800 93-0
a.gilcher@kv-cls.drk.de
www.rd-westpfalz.drk.de

Rettungsdienst Westpfalz GmbH: Modernste Notfallmedizin



Foto: DRK-RD Westpfalz GmbH

Bei der Ausübung ihrer lebensrettenden Arbeit können unsere Fachkräfte auf modernste notfallmedizinische Ausrüstung zurückgreifen. Auf unseren Rettungsfahrzeugen ist alles vorhanden, was für die Einleitung einer Notfalltherapie benötigt wird. Hierzu gehören modernste medizinische Geräte, wie beispielsweise das EKG-Gerät, mit dem Erkrankungen am Herzen erkannt werden können und mit dem die Herz-Kreislauffunktion überwacht werden kann. Mit diesen Geräten können wir das Patienten-EKG sogar schon vom Notfallort per Livestream in eine Klinik übertragen, sodass dort ein Kardiologe hinzugezogen werden kann, um uns aus der Ferne zu unterstützen. Das ist modernste Teamarbeit, die durch die Telemedizin ermöglicht wird. Zur Ausrüstung gehören aber zum Beispiel auch ein Beatmungsgerät, Spritzenpumpen und zahlreiche Geräte zur Rettung, Lagerung und Versorgung unserer Patienten, genauso wie Medikamente zur Therapie häufiger Notfallerkrankungen, zur Linderung von Schmerzen und sogar zur Einleitung einer Narkose. All diese Ausrüstungsgegenstände sind in unseren Rettungswagen zum Teil

sogar doppelt vorhanden, einmal im Fahrzeug selbst und zusätzlich noch in Notfallkoffern, damit auch wirklich alles direkt zum Patienten gebracht werden kann. Sie können sich also sicher sein, wenn Sie uns in einer medizinischen Notsituation benötigen, sind wir für Sie da. Wir bringen modernste Notfallmedizin zu Ihnen nachhause oder an den Unglücksort – jederzeit und überall.

Zu unseren Aufgaben gehört allerdings nicht nur die Notfallrettung. Auch dann, wenn kein Notfall vorliegt, aber unsere Patienten während des Transportes medizinisch betreut werden müssen, allerdings keine notfallmedizinischen Maßnahmen durchgeführt werden, kommen unsere Mitarbeiter zum Einsatz. Im qualifizierten Krankentransport setzen wir hauptsächlich Rettungssanitäter ein, die aufgrund ihrer Ausbildung in der Lage sind, kranke und pflegebedürftige Menschen medizinisch zu betreuen und zu versorgen, sie fachgerecht zu lagern und ihnen während des Krankentransportes zu helfen. So können Sie sich darauf verlassen, dass Sie oder pflegebedürftige Angehörige immer gut betreut und versorgt transportiert werden.



Sanitätswachdienst Stadion Betzenberg
Foto: "Bereitschaft DRK KV Kaiserslautern-Stadt"

Bereitschaft: Sanitätswachdienst

Die Bereitschaft übernimmt im DRK vielfältige Aufgaben. Einer davon ist der Sanitätswachdienst.


Bei Fußballspielen des 1. FCK, Konzerten oder Theaterstücken bis hin zum Altstadtfest oder Firmenlauf – das Ehrenamt des DRK ist immer da, um zu helfen. Im vergangenen Jahr hat die Bereitschaft insgesamt 404 Sanitätswachdienste gestemmt! Damit war die Bereitschaft im Schnitt jeden Tag im Dienst, um Veranstaltungen in der Stadt sanitätsdienstlich abzusichern.


Dabei ist nicht jeder Dienst wie der andere. Manchmal reichen zwei Sanitäter, manchmal aber sind die freiwilligen Helfer über mehrere Tage mit bis zu 70 Einsatzkräften und mehreren Fahrzeugen im Dienst. Wir bilden die erste Anlaufstelle bei kleinen und großen medizinischen Notfällen der Gäste und Mitarbeiter der Veranstaltungen. Sollte eine Versorgung vor Ort durch uns nicht ausreichen, kümmern wir uns darum, dass die Patienten durch den Rettungsdienst weiterversorgt, oder gegebenenfalls durch uns in ein Krankenhaus gebracht werden.


Eine weitere Aufgabe der Bereitschaft ist die Durchführung der Blutspende in Kaiserslautern. Der DRK Blutspendedienst West sorgt in unserer Umgebung für

die Durchführung von Blutspendeterminen, die Weiterverarbeitung von Blut und die Verteilung auf die Krankenhäuser. Wir betreuen in der Stadt Kaiserslautern die Blutspendetermine des DRK: Wir richten die Location ein, sorgen für die Spenderverpflegung und -betreuung und übernehmen die Registrierung. (Text: Sophie Pattmöller)

+++++++ News +++++++

 SEG V trifft „Sabine“: In zwei Einsätzen hintereinander verpflegte unsere Schnelleinsatzgruppe Verpflegungsdienst die Einsatzkräfte der Feuerwehr beim Sturmtief „Sabine“

 Rot-Kreuz-Erlebnistage 2020 (RokETs): Unsere Bereitschaft trainiert zwei Teams für den Landeswettbewerb. Die diesjährige Ausgabe findet vom 24. bis 26. April in Saarburg statt.

 Quarantäne-Einsatz in Gernersheim: Drei Helfer des DRK Kaiserslautern-Stadt unterstützten das DRK Generalsekretariat in der Endphase des Einsatzes „Coronavirus“ in der Kaserne in Gernersheim.

SEI DABEI!

FINDE DEINE BERUFUNG!

Hast Du Deine Berufung bereits gefunden? Wenn nicht: Bei uns sind Deine Qualitäten gefragt. Ob als Sanitäter bei Großveranstaltungen oder in einer unserer "Schnelleinsatzgruppen für den Katastrophenschutz", es gibt vielfältige Möglichkeiten, sich in unserer Gemeinschaft einzubringen.

Ein Engagement bei uns bedeutet nicht nur, Dich in den Dienst der Gesellschaft zu stellen, sondern auch, Dich persönlich weiterzuentwickeln. Wir rüsten Dich für Deine Aufgaben optimal aus. Dieses Ehrenamt bietet jede Menge Chancen und Möglichkeiten für Dich und das Gemeinwohl.

Komm einfach vorbei: Jeden Mittwoch um 19.30 Uhr, Blauer Saal, Augustastraße 16-24, 67655 Kaiserslautern.

Weitere Informationen

Julia Pekrul
Telefon: 0631 80093-112
drk-kl.de/angebote/bereitschaft.html

Wir bieten Beratung und Unterstützung bei

- **Betreuung:** Frau Bürger
- **Demenz:** Frau Jörg
- **Testament:** Frau Bürger

Gesundheit u

- DRK-Akadem



Beratung und Unterstützung

Wir helfen bei allen Fragen und um Kinder, Jugend und Familie

- **Kinderkrankenpflege, Familienpflege:** Frau Geib
- **Kindertrauerbegleitung:** Frau Mayer
- **Beratung zu Mutter-/Vater-Kind-Kuren:** Frau Kohlmeyer



Kinder, Jugend und Familie

Unsere Dienste im Bereich Sozialer Service

- **Fahrdienst:** Frau Parsons
- **Essen auf Rädern, Einkaufsservice:** Frau Grieser
- **Hausnotruf:** Frau Pienske
- **Seniorenpflege, Alltagsservice:** Frau Geib



Sozialer Service

Mit Ihrem DRK
Alles aus ei
Sprechen S

 0631 8

Eine Nummer



De
Ro
Kre

Kreisverband Kaisers

Augustastr. 16-24, 6
www.drk

*Die Standorte unserer Altkleidercontainer sind: **Innenstadt Südwest:** Kohlenhofstraße; **Uniwohnggebiet:** Kurpfalzstraße; **Lämmchesberg/ Uniwohng** senberg; **Gersweilerhof:** Wendeplatz; **Erfenbach:** Hussarenäcker, Im Wiesental, Jahnstraße; **Innenstadt Ost:** Augustastr. 16-24; **Fischerrück/ Bahn** Seminargasse, Wagnerstraße; **Bännjerrück:** Merseburger Straße, Leipziger Straße; **Dansenberg:** Eckstraße, Dansenberger Straße; **Espensteig:** Breiten Am Heiligebhäuschen, Schreiberstraße, Hertelsbrunnenring; **Fischerrück / Bahnheim:** Hertelsbrunnenring, Reichswaldstraße, Pariser Straße, Lothringer Meuthstraße, Pariser Straße; **Siegelbach:** Mühlenweg, Fischereck; **Innenstadt Nord / Kaiserberg:** Kaiserbergring, Sonnenberg, Pfalztheaterwerkstätten-La

und Bildung

nie: Frau Bauer



dheit

durch den Tag!
iner Hand.
ie uns an!

30093-0
er für alles!

utsches
tes
euz

lautern-Stadt e.V.

7655 Kaiserslautern
-kl.de

ebiet: Wilhelm-Raabe Straße, Paul-Ehrlich-Straße, Marie-Jucacz-Straße; **Mölschbach**: Im Grubenteich; **Morlautern**: Otterberger Straße; **Erlenbach**: Ochheim: Röchlingstraße; **Gewerbegebiet**: Merkurstraße, Globus-Parkplatz, Ikea-Gelände; **Innenstadt Ost**: August-Herrmann-Straße; **Innenstadt Südwest**: Bauer Straße; **Hohenecken**: Kohlkopfstraße, Forststraße; **Einsiedlerhof**: Weilerbacher Straße; **Grübentälchen/Volkspark**: Stiftswaldstraße, Daennerplatz, Dell, Julius-Küchler-Straße, Käthe Kollwitz-Straße; **Innenstadt West / Kotten**: Herzog-von-Weimar-Straße, Langenfeldstraße, Wilhelm-Kittelberger-Straße, Lauterstraße; **Ensiedlerhof**: Von-Miller-Straße.

Kaufen oder Spenden? Bekleidung

DRK-Store: Frau Neumaier

Altkleidersammlung: Frau Parsons

(Die Standorte unserer Container sehen Sie unten.*)



Bekleidung



Migration, Integration,
Flüchtlingshilfe



Gemeinschaften

Infomationen zu Migration, Integration und Flüchtlingshilfe

- **Migrationsberatung, Gemeinschaftsunterkunft**
Post: Frau Steinmann
- **Psychosoziales Zentrum**:
Frau Sage

Lust auf Ehrenamt? Unsere Gemeinschaften

- **Bereitschaft**
- **Jugendrotkreuz**
- **Fußballabteilung**
- **Tanzgruppe**

LAUTRER ROTKREUZTAG

9. Mai 2020

LAUTRER ROTKREUZTAG LAUTR
ROTKREUZTAG LAUTRER ROTK
LAUTRER ROTKREUZTAG LAUTR
ROTKREUZTAG LAUTRER ROTK



von 09.00 bis 17.00 Uhr
Gartenschaugelände • Forellenstraße 2 • Kaiserslautern

Erste - Hilfe - Workshops • Interaktive Rettungsdienst Vorführung
Katastrophenschutz erleben • Vorstellung der sozialen Dienste
Spiel & Spaß für Kinder • Kinderschminken • und vieles mehr!

Veranstalter: DRK Kreisverband Kaiserslautern-Stadt e.V.

LAUTRENER ROTKREUZTAG: BUNTES PROGRAMM FÜR JUNG UND ALT



Foto: DRK Ehrenamt

Feiern Sie mit uns den Rotkreuztag des DRK Kreisverbands Kaiserslautern-Stadt. Mit vielen Aktionen und einem bunten Programm am 9. Mai von 9 bis 17 Uhr auf der Gartenschau.

Am Samstag, den 9. Mai, veranstaltet der DRK-Kreisverband Kaiserslautern-Stadt auf der Kaiserslauterer Gartenschau ein Lautrer Rotkreuztag, bei dem sich alle Bürger ausführlich zu allen Angeboten des DRK in Kaiserslautern informieren können. „Wir freuen uns, wenn viele Bürgerinnen und Bürger die Möglichkeit nutzen, uns auf der Gartenschau zu besuchen und hier ausführlich mit uns ins Gespräch zu kommen“, sagt DRK-Vorstand Marco Prinz. Alle DRK-Abteilungen werden sich hier vorstellen und mit kleinen Programmpunkten für gute Unterhaltung sorgen. „Der offizielle Weltrotkreuztag ist eigentlich einen Tag früher, am 8. Mai, dem Geburtstag unseres DRK-Gründers Henry Dunant. Viele DRK Kreisverbände nehmen das zum Anlass, um kleinere oder größere Aktionen zu starten und so auf die wichtige Arbeit des DRK aufmerksam zu machen. Wir haben uns aber entschieden, den Kaiserslauterer

DRK-Tag um einen Tag zu verschieben. Wir haben uns für den Samstag entschieden, weil wir glauben, dass das den Familien entgegen kommt.

Die Besucher des Lautrer Rotkreuztages dürfen sich auf ein buntes Programm freuen, denn jede Abteilung hat sich spannende Aktionen ausgedacht. Mit dabei ist die beliebte interaktive Rettungsdienstvorführung. Hier können die Besucher live und realitätsgetreu zusehen, wie ein Einsatz bei einem Notfall auf der Gartenschau ablaufen würde. Von der Versorgung durch Ersthelfer, über das Eintreffen des Rettungswagens bis hin zum Abtransport des Patienten. Jeder Schritt wird ausführlich erklärt und moderiert. Bei spannenden Erste-Hilfe-Workshops kann man kostenlos sein Wissen auffrischen und sich auf Notfälle vorbereiten. Ein vielfältiges Kinderprogramm bietet beste Unterhaltung für die Jüngsten. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

DER WELTROT-KREUZTAG: FÜR FRIEDEN

Am 8. Mai wird weltweit der Weltrotkreuz- und Rothalbmondtag begangen. Mit diesem Datum wird der Geburtstag von Henry Dunant, dem Begründer der Internationalen Rotkreuz- und Rothalbmond-Bewegung, geehrt. Damit er als inoffizieller internationaler Gedenk- und Feiertag von der Öffentlichkeit wahrgenommen wird, nehmen ihn viele Verbände zum Anlass, einen Aktionstag daraus zu machen. Mit kleineren und größeren Veranstaltungen sorgen sie so dafür, dass an diesem Tag die wichtige Arbeit der Rotkreuz- und Rothalbmondbewegung in den Fokus rückt.



Entstehung

Die Ursprünge dieses Gedenk- und Feiertages sollen in der Tschechoslowakischen Republik liegen. Hier gab es anfang der 20er Jahre des letzten Jahrhunderts verschiedene Konflikte: innenpolitische Problematiken und Grenzstreitigkeiten führten zu Spannungen. An Ostern des Jahres 1922 rief die tschechoslowakische Rotkreuz-Gesellschaft deshalb eine dreitägige Waffenruhe aus, die als „Rotkreuz-Frieden“ bekannt wurde. Trotz anfänglicher Skepsis, diesen Tag des Friedens in jedem Jahr zu begehen, wurde er 1938 auf der 16. Internationalen Konferenz in London 1938 beschlossen und im Jahr 1948 erstmals weltweit begangen. Seinen Namen „Weltrotkreuz- und Weltrothalbmondtag“ erhielt er 1984.

Termine: Vielfältiges Angebot im DRK

Der DRK-Kreisverband Kaiserslautern-Stadt bietet zahlreiche Angebote im Bereich Bildung, Gesundheit oder Freizeit. Diese und viele weitere Angebote finden Sie auch in unserem Bildungsprogramm.



Foto: microgen/www.stock.adobe.com



Foto sondem/www.stock.adobe.com

5. Sept Raucherentwöhnung mit Hypnose

Die Raucherentwöhnung ist eine der bekanntesten Hypnoseanwendungen überhaupt und genießt einen sehr hohen Beliebtheitsgrad. Sie ist für ihre beachtlichen Erfolgsstatistiken bekannt, was mehrfach wissenschaftlich belegt wurde.



Foto: Krasiuk/www.stock.adobe.com

12. Nov Klangschalenmeditation

Die Klangschalen-Meditation wird Ihnen ermöglichen, in Kontakt mit Ihrer inneren Kraftquelle zu gelangen, den Blick nach innen zu richten, sich vollkommen zu entspannen und loszulassen, um dadurch Gesundheit und Wohlbefinden zu fördern.



Foto: Photographee.eu/www.stock.adobe.com

17. Aug Englisch 50+

Die englische Sprache wird in lockerer Atmosphäre vermittelt, ohne dabei den Spaß an der Sache aus den Augen zu verlieren. Spielerisch und mit Liedern werden die ersten Wörter mühelos und mit Begeisterung erlernt oder aufgefrischt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte buchen Sie unsere besonders beliebten Kurse frühzeitig und sichern Sie sich so einen der begehrten Plätze!



Foto: Zeick_Mannheim_DRK

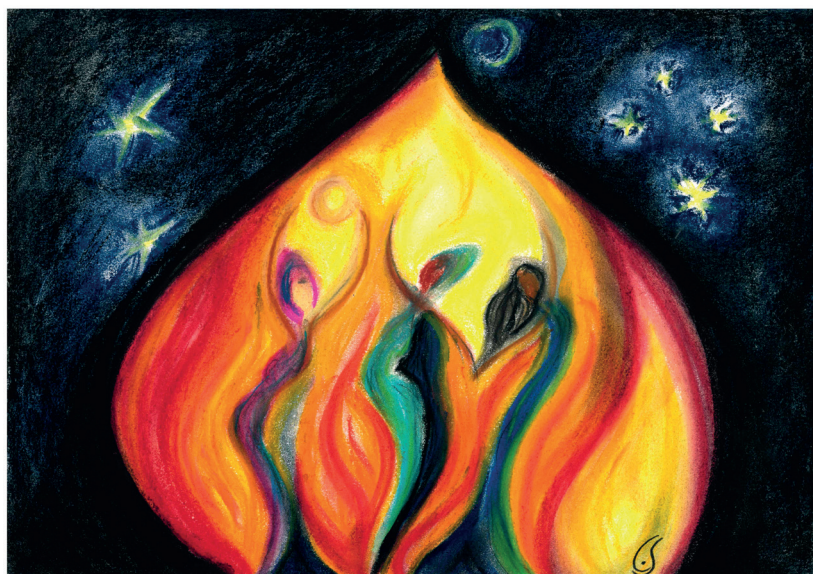
Ab 14. April

Förderung durch gezielte Unterstützung des natürlichen Bewegungsdranges.

PEKiP: Babys altersgerecht fördern

14. April, für Babys die im Juni/Juli 2020 geboren sind

Bei PEKiP, dem Prager Eltern-Kind-Programm, erhalten die Eltern un-ter fachlicher Anleitung Spiel- und Bewegungsanregungen, die den jeweiligen Entwicklungsstand des Kindes berücksichtigen. Der Kurs fördert und sensibilisiert gegenüber Unter- und Überforderung des Kindes. Der Kurs fördert zudem die Bindung der Eltern mit ihrem Kind und ermöglicht Begegnung und Austausch.



Zeichnung: Susanne Sage

27. Juni

Musik verbindet über alle Grenzen, das kann man während der Langen Nacht der Kultur erfahren.

PSZ: Bunte Lieder zum Mitsingen

Lange Nacht der Kultur im Volkspark, 27. Juni, 18 bis 20 Uhr

Unter dem Motto „Bunte Lieder zum Mitsingen – Musik verbindet über alle Grenzen“, lädt das Psychosoziale Zentrum Westpfalz (PSZ) zur Langen Nacht der Kultur an der Muschel im Volkspark dazu ein, einen musikalischen Abend zu verbringen. Eine multinationale Frauengruppe, die aus der Frauennarbeit des PSZ entstanden ist, wird zwischen 18 und 20 Uhr einfach zu singende, bekannte und unbekannte Lieder präsentieren und das Publikum ist herzlich dazu

eingeladen, mit einzustimmen und die heilende, verbindende Kraft der Musik zu spüren.

Mit dem Psychosozialen Zentrum Westpfalz bietet der DRK-Kreisverband Kaiserslautern-Stadt eine Einrichtung zur Versorgung von traumatisierten Flüchtlingen und Folteropfern in Kaiserslautern Stadt und Landkreis, dem Kreis Kusel, Birkenfeld, dem Landkreis Südwestpfalz, dem Donnersbergkreis, Zweibrücken und Pirmasens an.

SEI DABEI!

BLUTSPENDEN RETTET LEBEN

5. Mai

Kammgarn, 15 bis 19 Uhr

Wir würden uns freuen, Sie bei unseren Blutspendeterminen in Kaiserslautern begrüßen zu dürfen:

Ort: Kammgarn Kaiserslautern, Schönstraße 10, 67659 Kaiserslautern

Ausreichend kostenlose Parkplätze stehen zur Verfügung. Aber auch mit dem Öffentlichen Nahverkehr sind wir hervorragend zu erreichen. Aus- und Einstieg ist an der Bushaltestelle „Kammgarn“, die von den Linien 105, 107, 108 und 112 angefahren wird.

Die Blutspende findet jeweils von **15 bis 19 Uhr** statt.

Wir freuen uns, wenn Sie sich folgende Termine vormerken:

Dienstag, 5. Mai 2020

Dienstag, 14. Juli 2020

Dienstag, 22. September 2020

Dienstag, 1. Dezember 2020

Weitere Informationen:

Julia Pekrul

Telefon: 0631 80093-112

drk-kl.de/angebote/bereitschaft.html

Erste Hilfe bei Kindernotfällen

6. April / 17. Mai

Notfälle bei Kindern sind besonders dramatisch. Wie reagiere ich richtig?

Weil Kindernotfälle für Eltern, Großeltern und Babysitter immer besonders dramatisch und belastend sind, sollte der Lehrgang bei diesen Personengruppen ganz oben auf der To-Do-Liste stehen. Hier lernt man ausführlich, welche Maßnahmen am Kind in welcher Situation richtig ausgeführt

werden. Von der Versorgung bedrohlicher Blutungen über lebensrettende Sofortmaßnahmen, die bei Atemstörungen und Störungen des Herz-Kreislaufsystems zu treffen sind, bis hin zur Unfallvermeidung wird im Kurs alles angesprochen, was man über Kindernotfälle wissen muss. Anmeldung erforderlich.



Foto: photophonie / Fotolia.com

Spende: Testamentsspende stiftet Sinn nach dem Tod

Es gibt viele Möglichkeiten, die Arbeit des DRK hier in Kaiserslautern zu unterstützen. Eine Testamentsspende kommt eher selten vor, ist aber besonders wirkungsvoll.

Immer wieder werden wir im DRK-Kreisverband Kaiserslautern-Stadt angesprochen, auf welche Weise man uns Spenden zukommen lassen kann. Die Möglichkeiten sind vielfältig. Eine der seltener gewählten Möglichkeiten ist die Testamentsspende. Dennoch: Sie ist besonders wirkungsvoll und wir freuen uns immer, wenn wir von Menschen kontaktiert werden, die das in Erwägung ziehen. Gerne beraten wir hierzu ausführlich. Lesen Sie hier, wie eine solche Testamentsspende in der Praxis im besten Falle ablaufen würde:



Foto: kaspars grinvalds/www.stock-adobe.com

Das Deutsche Rote Kreuz war schon immer eine feste Größe in Anneliese Gerbers Leben. Als Kind hatte sie erlebt, wie die Mutter täglich auf den Suchlisten des DRK nach dem Verbleib des Vaters geschaut hatte. Wie groß war die Erleichterung, als sie über das DRK die Nachricht erhielt, dass der Vater zwar in Gefangenschaft, aber wohlbehalten war. Und wie groß war die Freude, als der Vater wohlbehalten wieder zurückkam. Er sprach nicht viel über die schlechte Zeit, aber er berichtete, dass das Rote Kreuz die Kriegsgefangenen betreut und ihnen immer wieder Hoffnung gegeben hatte. Anneliese Gerbers Eltern wurden alt, und konnten nicht mehr alleine leben. Sie hätte sie gerne gepflegt, doch die Eltern entschieden sich für ein Seniorenwohnheim. Geführt wurde es vom DRK, und die Eltern fühlten sich hier immer gut versorgt. Das nahm Anneliese Gerber eine große Last. Sie beschloss, regelmäßig Blut spenden zu gehen. Ihre Kinder kamen darüber mit dem Jugendrotkreuz in Kontakt, wo sie viele schöne Nachmittage verbrachten. Die Tochter begann, sich bei der Bereitschaft zu engagieren.

Anneliese Gerber empfand die Anbindung ihrer Kinder an das DRK als großen Gewinn für deren Entwicklung. Als ihr Mann einen Herzinfarkt erlitt, war es die gut geschulte Tochter, die sofort wusste, was zu tun ist. Doch trotz der fachkundigen Erstversorgung verbrachte sie quälende Minuten, bis der DRK-Rettungsdienst kam. Wie dankbar war sie, als ihr Mann wenige Wochen später aus dem Krankenhaus entlassen wurde. Seither ist für Anneliese Gerber klar, dass es sinnvoll ist, ein Testament zu verfassen. Weil das DRK in ihrem Leben eine große Rolle gespielt hat, haben die Gerbers sich darauf geeinigt, neben ihren Kindern auch den Kreisverband Kaiserslautern-Stadt zu bedenken. Damit es später keine Enttäuschung gibt, luden sie ihre Kinder zu einem Essen ein, um diese Entscheidung ausführlich mit ihnen zu besprechen. Alle hatten großes Verständnis für den Wunsch ihrer Eltern. Zumal ihnen die Arbeit des DRK-Kreisverbands Kaiserslautern-Stadt ebenfalls am Herzen liegt. Nachdem die Gerbers sich sicher waren, dass alle mit dieser Entscheidung einverstanden sind,

wandten sie sich an die Geschäftsstelle um das weitere Vorgehen zu klären. Dort freute man sich natürlich sehr, dass die Gerbers sich zu diesem Schritt entschlossen haben. Die Gerbers erkundigten sich, wofür das Geld denn nach ihrem Tod verwendet werden würde. Es freute sie zu hören, dass sie das, falls gewünscht, selbst entscheiden dürfen. Viele Stunden verbrachten sie damit, sich mit den zahlreichen Aufgaben des DRK zu befassen. Bei der Kindertrauerbegleitung waren sich beide einig: "Das ist es!" Auch wenn es nicht leicht ist, sich mit dem eigenen Tod auseinanderzusetzen, macht es Anneliese Gerber glücklich zu wissen, dass nach ihrem Tod traurige Kinder wieder froh sein können.

Mit einem guten Gefühl setzten sie kürzlich ihr Testament auf. Sie wissen, dass ihre Kinder gut versorgt sein werden. Und sie wissen, dass das Geld, das sie dem DRK-Kreisverband Kaiserslautern-Stadt vermachen, über ihren Tod hinaus Gutes tun wird. Sie wissen, dass ihre Spende eines Tages Trauer in Freude verwandeln wird.



Eigenen Strom produzieren
ohne zu investieren!

Die Vorteile von SWK-Solar:

- ✓ Deutliche Kostenersparnis
- ✓ Professionelle Beratung
- ✓ Null Investitionskosten
- ✓ Faires Pachtmodell
- ✓ Produkte Made in Germany
- ✓ Langfristige Eigenstrom-Erzeugung
- ✓ Komplettpaket – alles aus einer Hand
- ✓ Zusammenarbeit mit regionalen Partnern
- ✓ Umfassender Service – Wartung und Reparatur

Online-Terminvereinbarung:

swk-kl.de/online-kontaktformular

Rufen Sie uns an:

0631 8001-1602

Oder schreiben Sie uns:

ebz@swk-kl.de

Senken Sie jetzt Ihre
Energiekosten durch
Eigenstrom.

Wer seine Solaranlage pachtet,
lacht am längsten!

swk-kl.de/solar

SWK
Stadtwerke Kaiserslautern

Für Sie. Mit ganzer Energie.



Ich möchte Fördermitglied des DRK Kreisverbands Kaiserslautern-Stadt e. V. werden!

Vor- und Zuname:

Geburtsdatum:

Telefonnummer:

Straße, Hausnummer:

PLZ, Ort:

E-Mail:

Kontodaten

IBAN:

BIC:

Kreditinstitut:

Monatsbeitrag in Euro:

- 5,- Euro monatlich
- 10,- Euro monatlich
- 25,- Euro monatlich
- Euro monatlich

Eintrittsdatum:

Spendenbeiträge sind nach § 10 EStG § 11 KStG und §§ 51.97 BAO steuerabzugsfähig. Die Verarbeitung der eingegebenen Daten erfolgt ausschließlich auf Grundlage Ihrer Einwilligung Art. 6 Abs. 1 lit. a DSGVO. (Weitere Informationen: <http://drk-kl.de/sonderseiten/datenschutz.html>.) Durch meine Unterschrift werde ich – bis auf Widerruf – förderndes Mitglied. Gleichzeitig erkläre ich mein Einverständnis, dass der vereinbarte Beitrag von oben genanntem Konto eingezogen wird.

Datum und Unterschrift:

Liebe Leser, auch in dieser Ausgabe haben wir ein kniffliges Rätsel für Sie.



In diesem Buchstabensalat haben wir zwölf Wörter versteckt. Manche vorwärts und manche rückwärts geschrieben. Wenn Sie unser Heft aufmerksam gelesen haben, wird Ihnen die Lösung sicher bald gelingen.

Wenn Sie an unserer Verlosung teilnehmen möchten, senden Sie die zwölf richtigen Worte bis zum 30. April 2020 per E-Mail an info@kv-cls.drk.de, per Post an den DRK Kreisverband Kaiserslautern-Stadt, Augustastraße 16-24, 67655 Kaiserslautern oder geben Sie sie ganz einfach in unserer Geschäftsstelle ab.

Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir drei DRK-Thermoskannen.

Der Rechtsweg ist wie immer ausgeschlossen. Unsere Datenschutzhinweise finden Sie auf unserer Website unter www.drk-kl.de.

N	N	I	Z	I	D	E	M	L	L	A	F	T	O	N	-
K	Z	W	M	R	L	Q	R	O	M	Q	B	R	A	R	T
P	S	R	A	O	U	K	P	P	B	R	B	E	F	Y	M
L	U	O	M	T	N	E	M	E	G	A	G	N	E	B	L
N	K	S	B	U	L	D	A	E	H	R	E	N	A	M	T
C	P	N	Q	J	T	O	O	M	Q	O	H	W	P	U	P
W	E	L	T	R	O	T	K	R	E	U	Z	T	A	G	N
J	O	D	R	Y	L	F	R	E	G	I	I	D	M	A	-
L	Q	Z	C	P	O	V	E	Y	X	I	Y	N	Y	U	P
Y	N	E	N	N	E	R	N	E	T	N	E	A	P	D	O
L	S	X	O	-	J	H	F	D	I	I	Z	B	F	N	F
F	A	-	S	Q	T	A	P	W	E	H	R	R	T	A	Z
N	N	K	T	G	A	N	U	Q	K	O	H	E	X	P	I
T	I	F	E	Y	L	D	Q	C	G	L	G	V	U	Y	G
P	T	R	R	S	A	S	S	S	I	I	I	S	Y	I	
H	Ä	X	F	D	S	C	Q	X	D	N	U	I	P	P	Q
A	T	B	E	Q	R	H	F	N	Ü	A	B	E	A	M	M
B	S	W	S	U	E	L	U	J	M	X	S	R	N	C	I
F	W	Z	T	-	I	A	H	B	S	W	C	K	T	Q	
R	A	R	G	H	E	G	G	O	R	A	M	F	R	H	J
X	C	M	I	M	R	D	K	H	H	-	V	G	N	H	M
C	H	B	J	E	E	S	Y	U	A	H	X	V	J	Q	M
O	D	W	X	G	T	J	L	B	J	X	C	N	-	Q	T
T	I	C	T	U	S	K	F	-	H	W	D	M	R	H	O
S	E	N	B	Z	O	R	Y	W	Ü	R	W	L	C	Q	Y
B	N	F	Q	-	O	J	P	Z	R	G	R	O	D	K	F
R	S	Q	K	J	G	Y	V	U	F	P	V	E	X	C	U
B	T	X	B	A	U	A	B	S	C	H	N	I	T	T	R
S	F	N	D	U	H	D	Y	I	T	P	N	V	N	W	H

Leckere Rezepte für Sie entdeckt: Leichter Ostereiersalat — Frühlingshaft lecker

Ostern ist vorbei und Sie haben eine Schüssel mit bunten Eiern übrig? Das sind perfekte Voraussetzungen für unseren leichten Eiersalat.



Foto: Madeleine Steinbach/www.stock.adobe.com

Ostern naht, und damit auch allerlei schöne Bräuche rund um das Oster-Ei. Ob Eiersuche, Eierschießen oder Eierknacken: am Ende der unterhaltsamen Ostertraditionen steht meist ein großer Korb mit bunten Eiern. Die zu verarbeiten ist nicht selten eine kleine Herausforderung. Hier ist Phantasie gefragt.

Ganz nahe liegt der Eiersalat, der nicht umsonst in der nachösterlichen Zeit besonders beliebt ist.

Wir haben Ihnen aus unserem Rezeptbuch eine ganz besonders leichte Variante herausgesucht, bei der Sie mit Appetit und gutem Gewissen zugreifen dürfen. Unser Rezept reicht für etwa vier Portionen.

Zutaten:

8 mittelgroße Eier
1 Becher Naturjoghurt (250g),
fünf saure Gurken
1 gestrichener Teelöffel Senf

etwas Gewürzgurkenessig
eine kleine Zwiebel
1 Prise Zucker
Salz und Pfeffer
Zum Garnieren:
Schnittlauch und/oder Petersilie

Zunächst schälen Sie die Eier und schneiden Sie in kleine Würfel. Ebenso die Gewürzgurken und die Zwiebel. Danach den Gewürzgurkenessig mit dem Frischkäse und dem Senf mischen. Die Zwiebel- und die Gewürzgurkenwürfel zugeben. Zuletzt die Eier dazugeben und vorsichtig durchmischen.

Anschließend mit Salz, Zucker und Pfeffer kräftig abschmecken.

Am besten schmeckt der Eiersalat, wenn er mindestens eine Stunde im Kühlschrank durchgezogen ist. Vor dem Servieren bei Bedarf mit Schnittlauch und/oder Petersilie garnieren.

Besonders lecker schmeckt zu diesem leichten Eiersalat frisches Baguette oder ein kräftiges Schwarzbrot.

Wir wünschen frohe Ostern und guten Appetit.

Impressum

DRK aktuell - Neues aus Ihrem DRK-Kreisverband Kaiserslautern-Stadt e. V. erscheint vierteljährlich in einer Auflage von 5.000 Stück.

Herausgeber: Deutsches Rotes Kreuz, Kreisverband Kaiserslautern-Stadt e. V.
Augustastr. 16-24, 67655 Kaiserslautern, Telefon: 0631 800 93-0,
Fax: 0631 800 93-101, Internet: www.drk-kl.de, E-Mail info@kv-kl.drk.de

Redaktion: Marco Prinz (V.i.S.d.P.), Barbora Neumaier, Miriam Dieckvoß-Ploch

Druck: Kerker Druck GmbH, Hans-Geiger-Straße 4, 67661 Kaiserslautern
Telefon: 06301 7987-0, Telefax: 06301 7987-29

Titelbild: Miriam Dieckvoß-Ploch

Besuchen Sie uns auch auf Facebook!

WICHTIGE TELEFONNUMMERN



112

Rettung/Notarzt/Feuerwehr



116117

Ärztlicher Bereitschaftsdienst



0631 19222

Krankentransport

DRK Hausnotruf Service

LASSEN SIE SICH BERATEN!



AUF KNOPFDRUCK SICHERHEIT FÜR ZUHAUSE

- Schnelle Hilfe rund um die Uhr
- Sicherheit für Sie und Ihre Angehörigen
 - Professionelle Ansprechpartner
- Angehörige werden immer sofort informiert
- Einfache und unkomplizierte Handhabung

DRK Kreisverband
Kaiserslautern-Stadt e. V.
www.drk-kl.de oder 0631 800 93 0



Deutsches
Rotes
Kreuz