



# rotkreuz

## Nachrichten

Ihr Mitgliederbrief Mai 2026



### IN DIESER AUSGABE:

- Hermann Gröhe neuer DRK-Präsident
- Neue DRK-Tagespflege in Bottendorf
- 20 Jahre DRK-Kleiderladen
- Helfen bei akuten Herzproblemen

## Liebe DRK-Mitglieder im Frankenger Land,

sind Ihnen auch schon einmal Zeitspendende begegnet? Ich weiß, im ersten Moment kann die Frage ein wenig seltsam klingen, doch für das DRK sind Zeitspenden von großer Bedeutung. Auf diesem Weg engagieren sich Menschen, die beruflich oder familiär stark eingebunden sind. Trotzdem schenken sie uns ihre Zeit – projektbezogen und für einen begrenzten Zeitraum. Das ist einer von vielen Wegen, sich ehrenamtlich einzubringen. Für uns ist dieses Engagement Gold wert.

Mit Blick auf den Weltrotkreuztag am 8. Mai, an dem Henry Dunant, der Gründer unseres weltweiten humanitären Netzwerks, Geburtstag hatte, rücken alle Freiwilligen wieder in den Fokus. Verdienemaßen. Mehr als 16 Millionen sind es insgesamt, über 400.000 allein in Deutschland. Diese beeindruckenden Zahlen geben Hoffnung und Zuversicht. Zusammen unterstützen wir Mitmenschen, die uns brauchen, und füllen die Idee der humanitären Hilfe

auf ganz vielfältige Art mit Leben. Bei uns vor Ort zeigt sich das besonders intensiv. Wir sind ganz nah dran an den Betroffenen und im Notfall in der Regel schnell einsatzbereit.

Auf die Sommermonate, die vor uns liegen, freue ich mich wieder ganz besonders. Genießen Sie die Wärme und die farbenfrohe Natur und sammeln Sie schöne Erinnerungen – gerne auch die eine oder andere in der DRK-Familie.

Herzliche Grüße

Christian Peter  
Kreisgeschäftsführer

# DRK-Präsident Hermann Gröhe: „Es ist mir eine große Ehre“

Acht Jahre lang hatte Gerda Hasselfeldt das DRK als Präsidentin geführt – Ende vergangenen Jahres gab sie das Amt in die Hände von Hermann Gröhe. Auf der DRK-Bundesversammlung haben ihn die Delegierten der Mitgliedsverbände einstimmig für vier Jahre gewählt. Der CDU-Politiker war von 1994 bis 2025 Mitglied im Deutschen Bundestag und von 2013 bis 2018 Bundesminister für Gesundheit.

„Ich freue mich darauf, mein Wissen und meine Erfahrung für das DRK einzubringen und zugleich noch vieles Neues kennenlernen und lernen zu können“, sagte Gröhe nach seiner Wahl. Er betonte, dass Hunderttausende Menschen im Namen des DRK für Menschlichkeit vor Ort und in den Krisen weltweit eintreten. Nun der Fürsprecher dieser Menschen sein zu dürfen, sei

ihm „eine große Ehre“, so Gröhe. Der 65-Jährige lebt im nordrhein-westfälischen Neuss. Er ist verheiratet und Vater von vier Kindern. Als Präsident leitet der Rechtsanwalt das ehrenamtlich besetzte Präsidium des DRK, das unter anderem die strategische Ausrichtung des gesamten Verbandes verantwortet. Zudem setzt es die verbandspolitischen Ziele und führt Aufsicht über den Vorstand und die Verbandsgeschäftsführung Bund. Für Hans Hartmann, den Vorsitzenden des DRK-Präsidialrats, ist Gröhe die ideale Besetzung. Er bringe in allen Arbeitsfeldern des DRK umfassende Kenntnisse mit, sei es zur Wohlfahrts- und Sozialarbeit, zum Bevölkerungsschutz oder zur humanitären Hilfe, so Hartmann: „Wir sind sehr froh, dass wir ihn für das Amt gewinnen konnten.“



Hermann Gröhe ist seit dem 29.11.2025 Präsident des DRK.

© Willing-Heltz/DRK

## Gemeinsam statt einsam: Neue DRK-Tagespflege in Bottendorf öffnet im Juni 2026

**BOTTENDORF** Im Sommer 2026 bereichert ein neues Angebot das soziale Leben in Bottendorf: Die voraussichtlich im Juni startende Tagespflege des DRK bietet Seniorinnen und Senioren einen strukturierten Alltag in Gemeinschaft und entlastet gleichzeitig pflegende Angehörige.

### Barrierefreies Wohlfühlambiente

Die neue Einrichtung ist komplett ebenerdig und barrierefrei gestaltet. Herzstück ist die gemütliche Wohnstube mit angrenzender Wohnküche, in der gemeinsam gekocht und gebacken werden kann. Ein großzügiger Essbereich sowie spezielle Therapie- und Beschäftigungsräume bieten Platz für bis zu 15 Gäste. Auch der Außenbereich kommt nicht zu kurz: Die angrenzende Gartenanlage lädt zu Spaziergängen und zum Verweilen ein.

### Individuelle Betreuung mit Fachkompetenz

„In unserer Tagespflege erleben ältere Menschen Gemeinschaft und erhalten genau die Unterstützung, die sie benötigen“, so das Team. Erfahrene Pflege- und Betreuungskräfte stellen eine hochwertige Versorgung sicher. Besonders wichtig: Durch die Aufteilung in kleine Gruppen kann individuell auf die Bedürfnisse, Interessen und auch auf die Anforderungen von Menschen mit Demenz eingegangen werden.



DRK Tagespflege Bottendorf, eingebettet in das Wohndorf mit Gesundheitszentrum

© FingerHaus

Das Angebot ist vielfältig und aktiviert Körper und Geist:

- **Bewegung:** Seniorengymnastik, Sturzprophylaxe und Gehübungen.
- **Geistige Fitness:** Gedächtnistraining, Rätselrunden und gemeinsames Zeitungslesen.
- **Kreativität & Alltag:** Basteln, Singen, Backen und Gartenarbeit.
- **Struktur:** Feste Abläufe, die Sicherheit und Geborgenheit vermitteln.

**Rundum-Service inklusive Fahrdienst**  
Um den Besuch so einfach wie möglich zu

gestalten, steht ein hauseigener Abhol- und Bringdienst zur Verfügung. Dieser ist auch für Menschen mit eingeschränkter Mobilität oder Rollstuhlfahrer bestens ausgestattet.

### Kontakt und Anmeldung:

Die Beratung übernimmt ab sofort das Team vom DRK-Seniorenzentrum Franken-

- **Ansprechpartnerin:** Sabine Patounis
- **Telefon:** 06451 / 21 05 90
- **E-Mail:** tp.bottendorf@drk-franken-berg.de

# Das Erbe einer Vision – Jubiläum

Der DRK Kreisverband Frankenberg feiert 20 Jahre DRK-Kleiderladen in Frankenberg

**Frankenberg (Eder)** Dieses besondere Jubiläum ist untrennbar mit dem Namen eines Mannes verbunden, der den Grundstein für diese Erfolgsgeschichte legte: Dr. Rolf Bluttner. Als damaliger Kreisvorsitzender des DRK-Kreisverbandes Frankenberg verwandelte er seine Vision in Realität und eröffnete am 29. Juni 2006 den **DeR-Kleiderladen** – direkt im Herzen der Frankengerger Fußgängerzone.

Auch wenn Dr. Bluttner diesen stolzen Meilenstein nicht mehr persönlich miterleben kann, so ist sein Erbe lebendiger denn je. Seit nunmehr 20 Jahren ist der Laden weit mehr als nur eine Verkaufsstelle; er ist ein Ort der Begegnung und der gelebten Solidarität.

Seit 2014 führt Thomas Drössler die Geschicke des Hauses mit Herzblut und Engagement weiter. Gemeinsam blicken wir heute auf zwei bewegte Jahrzehnte zurück. Selbst die Herausforderungen der Pandemie, die zum Schutz unseres treuen Teams eine zehnmonatige Schließung erforderten, konnten den Gemeinschaftsgeist nicht brechen. Seit Februar 2022 ist der Kleiderladen nun wieder ohne Unterbrechung als fester Ankerpunkt in der Innenstadt für Sie da – und erfreut sich heute einer größeren Beliebtheit und eines stärkeren Zuspruchs als je zuvor.

## Ein Pionierprojekt mit Weitsicht

Als Dr. Bluttner den Kleiderladen vor mehr als zwei Jahrzehnten initiierte, betrat der Kreisverband Neuland. Sein Ziel war es, ein soziales Projekt zu schaffen, das sich ohne dauerhafte Zuschüsse selbst trägt. Die „schwarze Null“, die bereits kurz nach der Eröffnung in der 1a-Lage erreicht wurde, gab ihm Recht. Das Konzept ruht bis heute auf drei Säulen, die aktueller nicht sein könnten:

## Soziale Gerechtigkeit:

Hochwertige Mode – von der 3-Euro-Bluse über die Jeans für 5 Euro bis zum 20-Euro-Braultkleid – ist für jeden etwas Erschwingliches im Angebot, besonders für Menschen mit kleinem Budget. Kleidung für Babys und Kleinkinder erfreut sich zunehmender Beliebtheit.



DRK Kleiderladen mitten in der Frankengerger Fußgängerzone im Herzen der Stadt

## Nachhaltigkeit:

In einer Zeit der Wegwerfgesellschaft setzt der Laden auf Ressourcenschonung durch Wiederverwendung.

## Unterstützung sozialer Projekte:

Die regelmäßige Finanzierung des Ehrenamtes im DRK-Kreisverband Frankenberg oder die Unterstützung des Schulsanitätsdienstes der teilnehmenden Schulen sind nur einige Bereiche, wo die Erlöse eingesetzt werden.

## Ein Treffpunkt für die ganze Stadt

„Der Kleiderladen ist zu einem unverzichtbaren Bestandteil des sozialen Netzes geworden. Auf 110 Quadratmetern wird Kleidung angeboten, die ausschließlich aus Spenden der Bevölkerung stammt. Dabei ist der Laden längst kein reiner „Armenladen“ mehr: Familien, Geflüchtete und modebewusste Schnäppchenjäger treffen hier aufeinander. Unsere Kunden sind bunt gemischt, quer durch alle Schichten der Gesellschaft. Junge Damen finden immer wieder modische Kleidungsstücke. Natürlich sehen wir auch viele sozial schwache Familien. Ein Nachweis der Bedürftigkeit wird in unserem Kleiderladen von unseren Kundinnen und Kunden nicht verlangt. Nicht selten kommen Menschen in unseren Laden, einfach nur um ein bisschen zu reden. Diese soziale Durchmischung ist dem DRK-Kreisverband Frankenberg ein zentrales Anliegen.

## Dank an das Team – Verstärkung gesucht

Ein riesiges Dankeschön an unser ehrenamtliches Team, das diesen Laden seit zwei Jahrzehnten trägt. Mit viel Liebe und Engagement wird die Kleidung sortiert und der Laden bestückt. Die Kunden werden hier liebevoll, aber auch kompetent beraten. Auch für einen kleinen Plausch stehen unsere Damen gerne zur Verfügung. Um die Vision von Dr. Bluttner weiterzuführen, brauchen wir neue Gesichter und helfende Hände. Hast du Lust, das Rote Kreuz aktiv zu unterstützen? Melde dich bei uns!

## Hilfe mit:

Kleiderspenden und ehrenamtliches Engagement sind der Motor des Ladens. Interessierte können sich an **Thomas Drössler** beim DRK-Kreisverband Frankenberg wenden.

(Telefon: **06451/7227-17**).

## Öffnungszeiten zum Jubiläum:

**Montag bis Freitag:** 10:00 bis 18:00 Uhr

**Samstag:** 10:00 bis 13:00 Uhr

Besuche uns während unserer

**Jubiläumswoche vom 29.06. bis 04.07.2026.**

## Weitere Infos und Kontakt für

Interessierte unter:

**06451/7227-17**

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

[th.droessler@drk-frankenber.de](mailto:th.droessler@drk-frankenber.de)

” **Not hat viele Gesichter, das Rote Kreuz stellt sich ihr entgegen**

“



## Fünf Säulen für ein gesundes Herz

**Etwa 100.000-mal pro Tag schlägt unser Herz – meist schenken wir ihm kaum Aufmerksamkeit. Dabei gehören Herz-Kreislauf-Erkrankungen zu den häufigsten Gesundheitsproblemen. Die gute Nachricht: Wir können viel für unsere Herzgesundheit tun.**

„Wir können uns dabei an fünf Säulen der Herzgesundheit orientieren“, rät DRK-Bundesarzt Professor Bernd Böttiger. Säule Nummer eins: Ernährung. Empfehlenswert ist eine ausgewogene, mediterrane Ernährung mit viel Obst und Gemüse, Vollkornprodukten, Nüssen und gesunden Fetten, wie Olivenöl. Hingegen sollten Zucker, Salz und rotes Fleisch sehr maßvoll dosiert werden. Alkohol sollte am besten ganz vermieden werden.

Die zweite Säule ist Bewegung. „Es muss kein Marathon sein, wöchentlich 150 Minuten moderater Ausdauersport und zweimal Krafttraining stärken den Herzmuskel, können den Blutdruck senken und fördern das Immunsystem“, erklärt Professor Böttiger.

Der Verzicht auf Zigaretten jeder Art bildet die dritte Säule, dazu zählt auch, unbedingt Passivrauchen zu vermeiden. Stressmanagement heißt die Säule Nummer vier. „Untersuchungen zeigen, dass ein hohes Stresslevel Herzerkrankungen begünstigt“, sagt der DRK-Bundesarzt. Atem- und Entspannungsübungen, Achtsamkeitstraining und ausreichend Schlaf wirken sich zum Beispiel positiv auf das Stresslevel aus.

Die fünfte Säule der Herzgesundheit ist die ärztliche Vorsorge. „Bluthochdruck merkt man gar nicht“, erklärt der Experte. „Gleichzeitig ist langfristig erhöhter Blutdruck der größte Risikofaktor für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Daher soll-

ten insbesondere Menschen ab 40 Jahren jährlich ihren Blutdruck kontrollieren lassen.“ Auch eine regelmäßige Kontrolle der Blutwerte wie Blutzucker und Cholesterinspiegel ist ratsam.

Zur Vorsorge zählt auch, Warnsignale ernst zu nehmen und sie ärztlich abklären zu lassen. Je früher eine Störung erkannt wird, desto besser lassen sich schwere und langfristige Erkrankungen vermeiden. Ein rascher Verlust an körperlicher Belastbarkeit, ungewöhnliche Müdigkeit oder Atemnot bei leichter Belastung sollten nicht ignoriert werden. Auch bei wiederkehrenden Herzrhythmusstörungen oder Herzstolpern, Schwindel und Wassereinlagerungen sollten Betroffene die Ursachen klären lassen.

„Regelmäßig wird debattiert, wie man im Gesundheitssystem sparen kann – für mich spielt Prävention dabei eine zentrale Rolle“, erläutert Professor Böttiger. „Das kann zum einen durch eine stärkere Besteuerung von gesundheitsschädlichen Substanzen wie Nikotin, Alkohol und Zucker geschehen.“ Auf der anderen Seite sei Aufklärung enorm wichtig: „Da müssen wir bei den Kindern ansetzen. Ich halte die Einführung eines Schulfachs ‚Gesundheit und Resilienz‘ für sinnvoll, um junge Menschen früh an einen gesunden Lebensstil heranzuführen.“

Wenn Sie gezielt etwas für Ihre Herzgesundheit tun möchten, informieren Sie sich bei Ihrer Krankenkasse über Präventionsangebote oder besuchen Sie einen Gesundheitskurs des DRK.

**Suchen Sie hier einen Kurs in Ihrer Nähe:**  
[www.drk-frankenberg.de/kurse/erste-hilfe.html](http://www.drk-frankenberg.de/kurse/erste-hilfe.html)

## Helfen bei akuten Herzproblemen

### Erkennen:

Heftiger Brustschmerz, kalter Schweiß, starke Atemnot, plötzliche Schwäche, Bewusstseinsstörungen – bei Frauen möglicherweise unspezifische Symptome

### Helfen:

- Notruf 112 absetzen
- Betroffene Person beruhigen
- Enge Kleidung öffnen
- Kein Wasser oder Essen geben
- Oberkörper erhöht lagern
- Bei Bewusstlosigkeit und sicher normaler Atmung: Seitenlage, kontinuierliche Atemkontrolle
- Ist keine normale Atmung vorhanden: Herzdruckmassage (100- bis 120-mal/Min., 5 bis 6 cm tief)

**Um im Notfall kompetent helfen zu können, empfiehlt das DRK, alle zwei Jahre einen Erste-Hilfe-Kurs zu besuchen. Jetzt einen Kurs finden unter [www.drk-frankenberg.de](http://www.drk-frankenberg.de)**



A. Zelik / DRK-Service GmbH

## Impressum

**DRK-Kreisverband Frankenberg e.V.**

### Redaktion:

Herr Christian Peter  
Herr Thomas Drössler

### Vi.S.d.P.:

Kreisgeschäftsführer Christian Peter

### Herausgeber:

DRK-Kreisverband Frankenberg e.V.  
Auestr. 25  
35066 Frankenberg  
06451 7227 0  
[www.drk-frankenberg.de](http://www.drk-frankenberg.de)  
[info@drk-frankenberg.de](mailto:info@drk-frankenberg.de)

### Auflage:

2.000

### Spendenkonto:

Sparkasse Waldeck-Frankenberg  
IBAN: DE 66 5235 0005 0005 0204 82