



rotkreuz

Nachrichten



aus Hamburg-Eimsbüttel

Ihr Mitgliederbrief Dezember 2025

DRK-Kreisverband Hamburg-Eimsbüttel e.V., Hoheluftchaussee 145, 20253 Hamburg



UNSERE THEMEN

- Wärme spenden: Kooperation mit den DRK-Verbänden aus der Nachbarschaft
- Einblicke in die Ferienfreizeit: ein Gespräch mit Gert Freytag
- Gut zu wissen: Tipps für den Notfall
- Auszeichnung für unsere Sozialen Dienste
- Ehrung unserer Einsatzkräfte
- Ein Überblick: Das Projekt Pflegeunterstützungskräfte (PUK)

Liebes DRK-Mitglied,

weil unsere Arbeit nur durch Menschen wie Sie möglich ist, möchten wir Ihnen noch ausführlicher darüber berichten. Unsere Mitgliedspost hat deshalb einen neuen Namen und ein frisches Design erhalten: die rotkreuzNachrichten aus Hamburg-Eimsbüttel. Hier erfahren Sie, wie Sie mit Ihrer Mitgliedschaft und Ihrem Engagement vor Ort helfen und was Ihre Spende bewirkt.

dieser Ausgabe erhalten Sie Ihren persönlichen Mitgliedsausweis (für die Fördermitglieder), der nicht mehr jährlich erneuert werden muss, sondern ab sofort für die gesamte Dauer Ihrer Mitgliedschaft gilt.

Wir hoffen, unsere rotkreuzNachrichten gefallen Ihnen und geben Ihnen einen interessanten Einblick in unsere Arbeit vor Ort.

Nachhaltigkeit liegt uns dabei besonders am Herzen: Mit

Wir wünschen Ihnen eine schöne Adventszeit!

Danke für Ihr Engagement!



Diese personalisierte Mitgliedskarte gilt für die gesamte Dauer Ihrer Mitgliedschaft. Sie ersetzt keine Spendenbescheinigung.

Kleine Gesten, große Wirkung



Oft sind es die kleinen Gesten, die Großes bewirken – eine ausgestreckte Hand, ein Lächeln oder eine feste Umarmung. All das kann man nicht kaufen – und

auch keine künstliche Intelligenz kann es ersetzen. Echtes Mitgefühl, ehrliche Zuneigung und aufrichtige Hilfe – genau dafür stehen wir beim Roten Kreuz Tag für Tag ein.

Weltweit waren unsere Helfenden auch in diesem Jahr im Einsatz: in Krisenregionen wie Gaza, bei Umweltkatastrophen wie dem Erdbeben in Afghanistan und in humanitären Notlagen – überall dort, wo Menschen Unterstützung brauchen.

Auch hier bei uns in Eimsbüttel wurde in diesem Jahr viel bewegt: Unsere Einsatzkräfte der Bereitschaft waren bei zahlreichen Veranstaltungen vor Ort, haben geholfen, wo Hilfe gebraucht wurde. Unsere neuen Angebote im Aktiv-Treff bringen Menschen zusammen und bieten wertvolle Informationen für den Alltag. Und die Ferienfreizeit schenkte Kindern und Jugendlichen im Sommer zwei unvergessliche Wochen.

All das ist möglich, weil Helfen glücklich macht – und weil Sie uns dabei unterstützen! Ihre Mitgliedschaft, Ihre Spenden und Ihr Engagement bewirken Großes: Sie lassen Kinderherzen höherschlagen, schenken älteren Menschen Gemeinschaft und ermöglichen einen verlässlichen Katastrophenschutz hier in Hamburg. Dafür möchte ich mich von Herzen bei Ihnen bedanken.

Wir wünschen Ihnen und Ihrer Familie eine schöne Adventszeit und besinnliche Feiertage!

Herzliche Grüße
Ihr

Dietrich Wersich
Vorsitzender

Gemeinsam Wärme spenden

„Wärme spenden“ ist ein ehrenamtliches Herzensprojekt, bei dem Menschen gemeinsam für andere stricken – für bedürftige Menschen – als Zeichen der Wärme und Unterstützung. Dank der Zusammenarbeit mit den DRK-Kreisverbänden Hamburg Altona und Mitte sowie Hamburg-Nordost kommen die handgefertigten Einzelstücke genau da an, wo sie gebraucht werden.

Bei unserem Projekt „Wärme spenden“ wird seit Mai wöchentlich gestrickt und geklönt. So entstehen in liebevoller Handarbeit Mützen, Schals, Socken und Decken – kleine Werke mit großer Wirkung für bedürftige und obdachlose Menschen. Jedes Stück steht für Menschlichkeit und Fürsorge.

Dank der Zusammenarbeit mit den DRK-Kreisverbänden Hamburg Altona und Mitte sowie Hamburg-Nordost werden die fertigen Einzelstücke direkt an Bedürftige in ganz Hamburg verteilt – ohne zeitaufwändige und kostspielige Umwege. Zu Weihnachten gibt es eine besonders schöne Aktion des DRK-Kreisverbandes Hamburg Altona und Mitte, an der wir uns beteiligen: das Projekt „Christmas in a box“. Dabei werden kleine Boxen von Ehrenamtlichen gepackt – gefüllt mit unseren Strickwaren, wärmender Kleidung und etwas Gutem zum Essen – und kurz vor Weihnachten an die Menschen verteilt, die den DRK-Foodtruck besuchen. Der „Foodtruck“ ist eine ehrenamtlich geleitete Essensausgabe auf vier Rädern und bietet immer samstags am Bahnhof Altona eine warme, kostenlose Mahlzeit für bedürftige und obdachlose Menschen an.



© OG-ArtMania

Zudem werden unsere handgefertigten Stücke den gesamten Winter über von der Obdachlosenhilfe des DRK-Kreisverbandes Hamburg-Nordost verteilt. Die DRK-Obdachlosenhilfe wurde 1998 auf Initiative eines ehrenamtlichen Rotkreuz-Helfers gegründet. Der Obdachlosenbus hat mittlerweile einen festen Standplatz in der Mönckebergstraße. Zweimal in der Woche verteilen Ehrenamtliche dort Essen und Kleidung an Bedürftige. So gelangen unsere gestrickten Einzelstücke ohne Umwege direkt aus Eimsbüttel zu den Menschen in der ganzen Stadt – und spenden Wärme in diesem Winter.

„Unser Projekt „Wärme spenden“ zeigt, was ehrenamtliches Engagement bewirken kann: Mit Herz, Hand und Gemeinschaftssinn schenken wir bedürftigen und obdachlosen Menschen ein Stück Wärme. Mein besonderer Dank gilt der ehrenamtlichen Gruppenleitung Gabriele Wallendszus, die dieses Projekt mit so viel Herzblut und Strick-Wissen belebt. Ich freue mich sehr auf die weiterhin gute Zusammenarbeit mit allen Beteiligten.“ so Anna Dammann, Leiterin des Projektes beim DRK Hamburg-Eimsbüttel.

Wer gerne strickt oder es lernen möchte, kann jederzeit vorbeikommen. Die Gruppe wird von einer erfahrenen Strickerin angeleitet: immer donnerstags von 10.30 bis 12.30 Uhr im DRK-Service-Zentrum in der Hoheluftchaussee 145.



© DRK Hamburg Altona und Mitte

„Mit Herz dabei“ – Gert Freytag über sein Engagement für die Ferienfreizeit

Unser Zeltlager für Kinder und Jugendliche in den Sommerferien findet seit zwei Jahren wieder statt.

Gert Freytag hat die Ferienfreizeit wieder ins Leben gerufen und leitet sie seitdem. Wir haben ihn zum Gespräch getroffen:



© DRK Hamburg-Eimsbüttel / Tina Taage

Lieber Herr Freytag, Sie sind schon so etwas wie ein „Urgestein“ bei uns im Verein. Seit wann genau sind Sie beim DRK Hamburg-Eimsbüttel und welche Funktionen haben Sie derzeit inne?

Ich bin mit 16 oder 17 Jahren unmittelbar nach der damaligen Gründung unserer Wasserwacht, ungefähr im Jahr 1983, zum DRK Hamburg-Eimsbüttel gekommen. Zunächst arbeitete ich einige Jahre bei der Wasserwacht mit und bin später in den Rettungsdienst gewechselt. Die Tätigkeit im Zeltlager habe ich schon in meinem ersten oder zweiten Jahr beim DRK begonnen, damals noch als Zeltbetreuer. Aktuell übernehme ich zusätzlich zu meiner Arbeit im Präsidium die Leitung des ehrenamtlichen Rettungsdienstes, des Zeltlagers und der Spielstraße.

Was hat Sie dazu veranlasst, das Zeltlager für Kinder und Jugendliche wieder ins Leben zu rufen und zu leiten?

Der Neubeginn ist meiner Tochter zu verdanken. Mein Sohn war im Herbst 2023 auf einer Ferienfahrt mit dem DRK-Kreisverband Hamburg-Nordost. Die Fahrt hat ihn so begeistert, dass er auch im Sommer 2024 ins Zeltlager wollte. Meine Tochter wollte auch sehr gerne mitfahren, wäre aber mit sechs Jahren noch zu jung gewesen, denn im Zeltlager ist die Altersspanne 7-13 Jahre. Die einzige Möglichkeit, meiner Tochter ebenfalls ein Zeltlager zu ermöglichen, war, selbst mitzufahren. So entstand die Idee, die Ferienfreizeit wiederzubeleben.

Was macht die Ferienfreizeit vom DRK für Sie so besonders?

Für Kinder scheint es nichts Besseres zu geben als andere Kinder. Es macht mir enorm viel Freude, im Zeltlager Kinder verschiedener Altersstufen und Herkunft zu erleben, die sich in kürzester Zeit zu einer Gemeinschaft verbinden und miteinander Spaß haben, sich zu behaupten lernen und die Ferien genießen.

Wie bereiten Sie sich mit Ihrem Team auf die Ferienfreizeit vor?

Wir fahren mit dem gesamten Team ein Wochenende zum Vorbereitungsseminar, bei dem wir alle schulen und konkrete Planungen für das Zeltlager machen können. Zusätzlich haben wir Sonderveranstaltungen, z. B. eine Schulung zum Thema Prävention sexuelle Gewalt. Einige, insbesondere Jüngere aus dem Team, machen zudem die Jugendgruppenleiterausbildung JuLeiCa.

Gibt es Lieblingsaktivitäten bei den Kindern, die jedes Jahr während der Fahrt besonders beliebt sind?

Da wir in Bergen an der Dumme ein beheiztes Freibad haben, ist es natürlich gerade bei schönem Wetter ein echter Magnet. Natürlich ist das Lagerfeuer immer besonders beliebt. Zudem gib es von Jahr zu Jahr unterschiedliche Highlights, die sich durch eine gewissen Eigendynamik entwickeln. In diesem Jahr war zum Beispiel das Schnitzen besonders beliebt.

Und gibt es besondere Programmpunkte für die Kinder und Jugendlichen?

Wir haben in diesem Jahr, wie es früher immer üblich war, eine gemeinsame Alarmübung mit der Freiwilligen Feuerwehr Bergen durchgeführt, bei der unsere Kinder – nach vorherigen Teilnahme an der Erste-Hilfe-AG – als „Sanitäterinnen“, und „Sanitäter“ sowie als realistisch geschminkte Mimen zum Einsatz kamen.

Möchten Sie den Kindern und Jugendlichen etwas Bestimmtes vermitteln?

Kinder sollen und müssen Dinge ausprobieren können. Sie können auch ohne ih-

re Eltern 14 Tage „allein“ sein, wobei sie natürlich nicht allein, sondern mit über 40 Kindern zusammen sind. Das fängt mit dem ungewohnten Schlafen im Zelt an und endet zum Beispiel mit dem Probieren von bisher unbekannten Gerichten.

Sie sind 14 Tage am Stück ehrenamtlich in voller Verantwortung. Was treibt Sie an, sich so intensiv zu engagieren?

Es gibt nichts Schöneres als im Zeltlager begeisterte Kinder zu erleben. Und ich kann als Vater natürlich sehen, mit wie viel Freude meine beiden Kinder dabei sind und schon nach dem ersten Jahr das Zeltlager lieben. Diese Begeisterung auch bei den eigenen Kindern zu sehen, ist für mich eine besondere Motivation. Dafür nehme ich die unzähligen ehrenamtlichen Stunden an Planung, Vorbereitung und Organisation gern in Kauf.



© DRK Hamburg-Eimsbüttel / Jugendrotkreuz

Möchten Sie zum Abschluss noch etwas ergänzen oder hervorheben?

Ja, gerne! Mein besonderer Dank geht an meine Frau, die mir die Teilnahme am Zeltlager ermöglicht, und an alle Eltern der mitfahrenden Kinder! Ich freue mich sehr, dass sie uns, dem DRK, mir und dem gesamten Team ihre Kinder anvertrauen. Denn auch Eltern müssen das „Loslassen“ lernen.

Das Zeltlager findet nächsten Sommer wieder für zwei Wochen im Wendland, in Bergen an der Dumme statt. Weitere Informationen gibt es auf www.drk-eimsbuettel.de.

Gut zu wissen: Was tun im Notfall?

Praktische Tipps zur Vorbereitung im Krisenfall

Am 5. Oktober ertönten die Sirenen in Hamburg – draußen stürmte und regnete es und wer tagsüber an der Elbe war, konnte sich vom Höchststand des Wassers selbst ein Bild machen. Es war ein Fehlalarm, der viele Menschen in Hamburg verunsicherte.

Wissen Sie, was im Notfall zu tun ist und sind Sie darauf vorbereitet?

Starkregen, ein schwerer Sturm, in der Folge ein Stromausfall oder ein Hausbrand können uns vor große Herausforderungen stellen. Niemand kann auf alles vorbereitet sein. Doch mit ein paar einfachen Maßnahmen lässt sich viel tun: Packen Sie einen Notfallrucksack und sorgen Sie dafür, dass Sie haltbare Lebensmittel für mindestens drei Tage zu Hause haben. Planen Sie lieber im Voraus, denn im Ernstfall hat man oft nicht mehr den Kopf frei, um an alles zu denken.

Wie Sie sich auf Krisen und Katastrophen vorbereiten können, lesen Sie auch im Ratgeber für Notfallvorsorge und richtiges Handeln in Notsituationen vom Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (bei uns erhältlich oder unter www.bbk.de).

Mein Notfallrucksack

Dokumente & Geld Ausweis Versicherungskarte Dokumentenmappe	Gesundheit & Medikamente Persönliche Medikamente Erste-Hilfe-Set Masken Kühlakkus
Kleidung & Schlaf Unterwäsche Wetterfeste Kleidung Gummistiefel Decke / Schlafsack Kissen	Technik & Werkzeug Taschenlampe Kurbelradio Powerbank Taschenmesser
Verpflegung Essgeschirr Isolierflasche Besteck Becher	

(Der Inhalt ist natürlich individuell zu ergänzen.)

Erste Hilfe kennt kein Alter – sicher handeln im Notfall

Bei der Führerscheinprüfung ist der Erste-Hilfe-Kurs Pflicht, aber reicht das dort erlangte Wissen ein Leben lang aus?

Gemeinsam mit der DRK Hamburg-Eimsbüttel-Stiftung haben wir die Veranstaltung „Erste-Hilfe-Crash-Kurs für ältere Menschen“ ins Leben gerufen. Hier werden die wichtigsten Kenntnisse zur Notfallhilfe kompakt an einem Nachmittag aufgefrischt. Behandelt

werden unter anderem das richtige Absetzen eines Notrufs, Hilfe bei Bewusstlosigkeit, Maßnahmen bei Atemnot, Schwindel oder Stürzen sowie die stabile Seitenlage. Auch die Wiederbelebung wird thematisiert – angepasst an die körperlichen Möglichkeiten älterer Menschen. Dabei steht die eigene Sicherheit stets im Mittelpunkt.

Der Kurs ist verständlich aufgebaut, auf die Bedürfnisse älterer Menschen

zugeschnitten und erfordert keine Vorkenntnisse. Durch die Förderung der DRK Hamburg-Eimsbüttel-Stiftung können Teilnehmende den Kurs für nur 10 Euro besuchen.

Haben Sie Interesse? Dann melden Sie sich bei uns unter anna.dammann@drk-eimsbuettel.de oder unter 040 411 706-26. Wir lassen Sie wissen, wann der nächste Termin stattfindet.

Zukunftspreis für die Sozialen Dienste



Große Ehre in der Hauptstadt: Die Sozialen Dienste Eimsbüttel wurden in Berlin mit dem Award „Unternehmen der Zukunft“ durch das Deutsche Innovationsinstitut diind ausgezeichnet - als einziger Vertreter aus der Ambulanten Pflege.

Diese Auszeichnung ehrt Unternehmen, die erfolgreich den Wandel vom traditionellen zum modernen Unternehmertum vollzogen haben und besonders proaktiv, engagiert und zukunftsfähig agieren.

„Wir sind sehr stolz auf diese besondere Ehrung und sehen jetzt, dass unsere wichtige

tägliche Arbeit beim Kunden nicht nur während der Corona-Pandemie als systemrelevant eingestuft wurde“, sagt Geschäftsführer Stefan Skibbe, der den Preis im September in Berlin während einer feierlichen Zeremonie stellvertretend für alle Mitarbeitenden der Sozialen Dienste entgegennehmen durfte.

Das Siegel „Unternehmen der Zukunft“ honoriert insbesondere transparentes Handeln, klare Werte und eine offene Kommunikation.

Name und Sitz des überweisenden Kreditinstituts

BIC

Für Überweisungen in
Deutschland und
in andere EU-/EWR-
Staaten in Euro.

Quittung für den Auftraggeber

IBAN des Auftraggebers

Angaben zum Zahlungsempfänger: Name, Vorname/Firma (max. 27 Stellen bei maschineller Beschriftung max. 36 Stellen)

DRK - Kreisverband Hamburg - Eimsbüttel e. V.

IBAN

DE 78200505501241333333

BIC des Kreditinstituts oder Zahlungsdienstleisters (8 oder 11 Stellen)

HASPDEHHXX



Deutsches
Rotes
Kreuz

Betrag: Euro, Cent

Spenden-/Mitgliedsnummer oder Name des Spenders: (max. 27 Stellen)

ggf. Stichwort

AUSRÜSTUNG

PLZ und Straße des Spenders: (max. 27 Stellen)

Angaben zum Kontoinhaber/Zahler: Name, Vorname/Firma, Ort (max. 27 Stellen, keine Straßen- oder Postfachangaben)

IBAN

DE

06

Datum

Unterschrift(en)

SPENDE

Empfänger:

DRK-Kreisverband Hamburg-
Eimsbüttel e. V:

Bankverbindung des Empfängers:

DE78200505501241333333

HASPDEHHXX

EUR

SPENDE

Verwendungszweck (nur für Empfänger):

Spende DRK - Ausrüstung

Auftraggeber/Einzahler:

(Quittung des Kreditinstituts)



Ihre Hilfe kann Leben retten: Spenden Sie jetzt

Egal ob beim Marathon oder einer Evakuierung: Im Ernstfall muss es schnell gehen, damit die Einsatzkräfte zügig und reibungslos helfen können. Eine wichtige Rolle dabei spielen die Ausrüstung und Kleidung der Freiwilligen. Sowohl die Schutzkleidung als auch die (technischen) Hilfsmittel wie zum Beispiel ein Defibrillator sind kostspielige Anschaffungen, bei denen nicht gespart werden darf! Da unsere ehren-

amtlichen Einsatzkräfte zwar für ihr Engagement von der Stadt Hamburg geehrt wurden, wir als Kreisverband jedoch keine staatliche Grundförderung bekommen, sind wir auf Spenden angewiesen! Unsere Bereitschaft braucht dringend vollausgestattete Einsatzrucksäcke (im Wert von rund 4.000 Euro) und einen weiteren tragbaren Defibrillator (Kosten ca. 2.400 Euro). Retten Sie Leben und spenden für die

neue Ausrüstung unserer Einsatzkräfte! Verwenden Sie dafür gerne den entsprechenden Überweisungsträger oder nutzen einfach direkt **unseren QR-Code**.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!



Ehrung im Rathaus: Unsere Einsatzkräfte wurden ausgezeichnet

Eine Ehrung bedeutet Anerkennung, Respekt und Wertschätzung – all das, was die ehrenamtlichen Einsatzkräfte im Katastrophenschutz verdienen. Um dieses Engagement zu würdigen, findet jedes Jahr im Hamburger Rathaus ein feierlicher Empfang für die Einsatzkräfte aller Hilfsorganisationen statt.

Auch dieses Jahr war es am 23. September so weit: Der Senatsempfang, organisiert von der Behörde für Inneres und Sport, bot einen besonderen Moment, um den herausragenden Einsatz auch unserer Einsatzkräfte öffentlich zu ehren. In seiner Rede hob Senator Andy Grote die unverzichtbare Bedeutung der freiwilligen Helfenden für das Katastrophenschutzkonzept der Stadt Hamburg hervor. Neue Engagierte



wurden mit Anerkennungsurkunden begrüßt, langjährige Mitglieder für ihren Einsatz mit Medaillen in Bronze, Silber und Gold geehrt. Vom DRK Hamburg-Eimsbüttel waren Manuel Behrenbruch und Giuliano Kullik (Leitung unserer Bereitschaft) zusammen mit 15 weiteren Einsatzkräften vor Ort. Geehrt wurden unter anderem Anna

Katharina Gosmann für 20 Jahre Engagement bei der Wasserwacht und dem Sanitätsdienst sowie Max Reinitzer für fünf Jahre ehrenamtlichen Einsatz im Katastrophenschutz.

„Unsere Einsatzkräfte stärken mit ihrem Engagement nicht nur den gesellschaftlichen Zusammenhalt und schließen Versorgungslücken, sondern gewährleisten die Einsatzfähigkeit des Bevölkerungsschutzes. Durch ihr Engagement leisten sie unschätzbare Hilfe in Notlagen und Katastrophen, unterstützen Menschen in vielfältigen Lebenssituationen und fördern ein starkes soziales Miteinander. Auch ich möchte mich bei unseren Einsatzkräften für ihr Engagement bedanken!“, so Oliver Thiel, Geschäftsführer des DRK Hamburg-Eimsbüttel.

Pflegeunterstützungskräfte (PUK) – Nachbarschaftshilfe in Krisenzeiten

Wie gut sind die Unterstützungs- und Pflegeangebote in Eimsbüttel auf Krisen- und Katastrophenfälle vorbereitet? Und können sogenannte Pflegeunterstützungskräfte (PUK) in solch akuten Situationen helfen? Mit diesen Fragen hat sich Aylin Berndt in einem Projekt beim DRK Hamburg-Eimsbüttel speziell für den Bezirk Eimsbüttel befasst. PUK sind dabei Ehrenamtliche ohne eine feste Organisation, die eine Basisschulung in Sachen Pflege absolviert haben.

Ein wichtiges Ergebnis der Analyse ist: Eimsbüttel weist eine Reihe Herausforderungen auf, die im Ernstfall schnelle Unterstützung und Hilfe gerade für ältere und pflegebedürftige Menschen erschweren können. Die Untersuchung zeigt, dass im Bezirk überdurchschnittlich viele ältere Menschen allein leben.

Außerdem verfügen viele pflegebedürftige Menschen in Eimsbüttel über einen Pflegegrad 2 oder 3 und sind somit auf regelmäßige Unterstützung angewiesen. Diese erfolgt meist durch Angehörige oder ambulante Dienste – Strukturen, die bei Stromausfällen, Extremwetterlagen oder Krankheitsfällen schnell an ihre Grenzen stoßen.

Vor diesem Hintergrund rückt das Konzept der sogenannten Pflegeunterstützungskräfte in den Fokus: Ehrenamtlich engagierte Menschen, die im Krisenfall ältere, pflegebedürftige oder chronisch kranke Nachbarinnen und Nachbarn unterstützen können. Sie sollen in grundlegenden Pflege- und Erste-Hilfe-Maßnahmen geschult werden, um in Katastrophenfällen eine erste Anlaufstelle im Quartier zu sein und die Rettungskräfte

zu entlasten. „Unsere Analyse zeigt deutlich: Gerade in Eimsbüttel und auch in ganz Hamburg könnte ein solches Projekt wie PUK dazu beitragen, Nachbarschaften krisenfester zu machen und Versorgungslücken im Ernstfall zu schließen,“ so Aylin Berndt, Referentin Pflegeunterstützungskräfte.

Die finanzielle Förderung des PUK-Projektes fällt grundsätzlich in den Zuständigkeitsbereich des Bundes. Bis etwa Ende der 1990er-Jahre existierte mit den sogenannten Schwesternhelferinnen bereits ein vergleichbares Förder- und Ausbildungsprogramm. Das Deutsche Rote Kreuz setzt sich intensiv dafür ein, die flächendeckende Ausbildung von PUK sicherzustellen und weiter auszubauen.

DRK Hausnotruf
Hamburg



DRK Hausnotruf – Selbstbestimmt und sicher zu Hause und unterwegs leben

Notfall: Hilfe auf Knopfdruck

ERSTER MONAT KOSTENLOS



040 - 19 219

Die Nummer für Hausnotruf in Hamburg

www.drk-hausnotruf-hamburg.de

Rezept für die kalte Jahreszeit: Duftender Winterpunsch

Dieses alkoholfreie Getränk ist die perfekte Wahl für gemütliche Stunden – aromatisch, wärmend und voller winterlicher Gewürze. Ideal, um sich an kalten Tagen zu verwöhnen!



1. 500 ml Früchtetee zubereiten.

2. In einem Topf den Tee, 250 ml Apfelsaft, den Saft von 1 Orange, 1 Zimtstange, 4 Nelken und eine Prise Muskat erwärmen, aber nicht zum Kochen bringen.

3. Punsch bei schwacher Hitze für 10 Minuten ziehen lassen.

4. Durch ein Sieb in Tassen füllen und ggf. mit Apfelscheiben dekorieren.

Impressum

DRK-Kreisverband Hamburg-Eimsbüttel

Redaktion:
Lena Vossler

V.i.S.d.P.:
Oliver Thiel

Herausgeber:
DRK-Kreisverband Hamburg-Eimsbüttel e. V.
Hoheluftchaussee 145
20253 Hamburg
Tel.: 040 411 706-0
www.drk-eimsbuettel.de
info@drk-eimsbuettel.de

Spendenkonto:
Hamburger Sparkasse
IBAN: DE78 2005 0550 1241 3333 33
BIC: HASPDEHHXXX