



# ZÜRCHER ROTKREUZ ZEITUNG

**Prof. Dr. Rudolf Jaun**

Im Interview über  
Kriege, Frieden und  
das Rote Kreuz

2

**Zeit für den Notruf**

Der Rotkreuz-Notruf  
gibt Sicherheit zu  
Hause

6

Zeitung des Schweizerischen Roten Kreuzes Kanton Zürich

Ausgabe 2 / 2022

Spendenkonto: 80-2495-0



## Austausch

Begegnungen zwischen  
Jung und Alt SEITE 4/5



# Humanität im Krieg

Ein Gespräch über die Geschichte von Kriegen, die Bestrebungen nach Humanität und die Bedeutung des Roten Kreuzes.

**INTERVIEW** **Lea Moliterni: «Nie wieder Krieg» – das war die grosse Parole nach dem Ersten Weltkrieg.**

Prof. Rudolf Jaun: Ja, das war die Losung. Denn der Erste Weltkrieg hatte immense Opferzahlen gebracht. Und so war das allgemeine Verständnis, dass sich so etwas nie mehr wiederholen sollte. Wobei es später das nationalsozialistische Deutschland nicht daran hinderte, nochmals aufzurüsten und den Krieg zu suchen.

**Aber auch nach dem Zweiten Weltkrieg war doch klar, dass die Welt nie mehr solche Verheerungen erleben sollte?**

Das ist so. Denn wie schon nach dem Ersten Weltkrieg wurde mit der internationalen Sicherheitspolitik versucht – ich spreche hier vom Völkerbund und später der UNO –, zu verhindern, dass Staaten gegeneinander Krieg führen. Diese Ausgangslage führte letztlich zur UNO-Charta, die Angriffskriege verbietet. Es bleibt aber anzufügen, dass diese Deklaration nicht «staatsinterne» Bürgerkriege verhindern kann. Legitim bleiben Verteidigungskriege.

**Würden Sie folglich den Kalten Krieg als eine Abkehr von der klassischen Kriegsführung bezeichnen?**

Ja, das kann man so sagen. Diese lange Phase stellte eine Abkehr von der bisherigen Art und Weise dar, wie Krieg geführt wurde. Denn man versuchte, den Gegner durch wirtschaftliche, politische, kulturelle und technologische Massnahmen niederzuringen. Letztlich hatten diese dasselbe Ziel: die gegnerische Partei kampfunfähig zu machen und in Schach zu halten.

**Passt demnach die Aussage von Carl von Clausewitz, dem bekannten Militärtheoretiker aus dem 19. Jahrhundert, der sagte: «Der Krieg ist ein wahres Chamäleon»?**

Dies passt durchaus, denn gerade in der Periode des Kalten Krieges fand eine Vielzahl von sogenannten «Stellvertreter-Kriegen» statt. Schauen Sie sich all die Befreiungs- und Aufstandskriege in Afrika oder Lateinamerika an, bei denen die Grossmächte intervenierten. Kriege fanden nun in ganz verschiedenen Formen statt.

**Ich möchte zum Frieden übergehen:**

**Bedeutete das Ende des Kalten Krieges nicht gleich-**

---

**Prof. em. Dr. Rudolf Jaun** war bis 2013 Dozent für Militärgeschichte an der UZH und an der Militärakademie ETHZ. Autor von «Geschichte der Schweizer Armee». Seit 1999 ist er Mitglied des Zürcher Roten Kreuzes.

**Dr. phil. Lea Moliterni** arbeitet seit 2013 beim Zürcher Roten Kreuz als Grossspenden-Verantwortliche und Historikerin. 2017 hat sie bei Prof. Jaun zum Ersten Weltkrieg promoviert.

**Alex Ochsner** ist freischaffender Fotograf. Durch den Krieg sehr betroffen und durch ukrainische Vorfahren mit einer besonderen Verbindung zur Ukraine, realisierte er das Porträtfoto zugunsten des Roten Kreuzes honorarfrei.

---



Prof. Rudolf Jaun beantwortet im Interview mit Lea Moliterni Fragen zur Geschichte von Kriegen und Friedensabsichten.  
Foto: Alex Ochsner

**zeitig Frieden? Ab den 1990er-Jahren bestand doch eine tief empfundene Friedensabsicht?**

Ja, da gebe ich Ihnen recht. Man glaubte an eine sich öffnende Friedensperiode. Was man sich nicht mehr vorstellen konnte, war ein europäischer Grosskrieg. Armeen wurden entsprechend überall abgebaut und etwas naiv «Friedensdividenden» gefordert.

**Würden deshalb so grosse Anstrengungen in der Friedensarbeit unternommen und breite Friedensforschung betrieben?**

Tatsächlich bildete die Abrüstung einen wichtigen Gegenstand der Friedensforschung. Zugleich wurde ab den 1990er-Jahren versucht, Armeen in kriegsverhindernde Truppen umzuwandeln. Man versuchte fortan, Streitkräfte vom Frieden her zu denken – sie sollten zu Garanten des Friedens werden.

**Welches ist die Rolle vom Roten Kreuz, wenn wir von kriegerischen Auseinandersetzungen sprechen?**

Die Bedeutung ist zentral. Denn mit der Gründung des Roten Kreuzes im 19. Jahrhundert kam die Absicht auf, Humanität auf das Kriegsfeld zu bringen. Die Schlacht von Solferino erschütterte Rotkreuz-Gründer Henry Dunant derart, dass die neutrale Hilfe für alle Verletzten – egal von welcher Konfliktpartei – seine lebenslange Mission wurde.

**Die Humanität als menschliches Prinzip. Davon war Henry Dunant beseelt.**

Sein grundlegender Gedanke war «Caritas inter arma». Das heisst, selbst bei Waffengewalt soll die Menschenwürde, die Menschlichkeit garantiert sein. Diese Haltung führte zur Formulierung der Genfer Konvention im 19. Jahrhundert, die nach dem Zweiten Weltkrieg erneuert wurde.

**Was bedeutet dies konkret?**

Die Idee war, dass alle Massnahmen zur Linderung der Not der Kämpfenden unter den Schutzschild des Roten Kreuzes gestellt werden. Deshalb ist der Grundsatz der Neutralität, die Neutralität aller Rotkreuzaktivitäten, fundamental.

**Um auf beiden Seiten in einem Krieg humanitär wirken zu können, ist Neutralität zentral.**

Ja, da stimme ich Ihnen zu. Das zeigt sich auch im aktuellen Ukraine-Krieg. Das ist für die nationalen Rotkreuzgesellschaften, so auch für das ukrainische und russische Rote Kreuz, eine herausfordernde Situation.

**Wann kamen Rotkreuzorganisationen erstmals in grossem Stil zum Einsatz?**

In grossem Stil sind nationale Rotkreuzorganisationen erstmals im August 1914 zum Einsatz gekommen, als von den Schlachtfeldern Zehntausende von Kombattanten in die französischen und deutschen Lazarette eingeliefert wurden und ohne Rücksicht auf ihre Nationalität gepflegt wurden.

**Die grosse Hoffnung «Nie wieder Krieg» hat sich nicht erfüllt.**

Einmal mehr zeigt sich, um mit Clausewitz zu sprechen, dass Krieg immer noch als «Fortsetzung der Politik mit anderen Mitteln» benutzt wird. Damit sind die internationalen Organisationen und die Friedensdiplomatie, aber auch die Streitkräfte erneut stark gefordert, um militärische Resultate des Krieges in nachhaltige Positionen des Friedensschlusses umzuwandeln.

## EDITORIAL

# Wir können etwas tun

Die Nachrichten, welche uns seit dem 24. Februar aus der Ukraine erreichen, bleiben unfassbar. Das Leiden der Menschen und die Folgen eines Krieges sind immer immens. Uns und unsere junge Freiwilligen vom Jugendrotkreuz beschäftigt die Situation von Geflüchteten jeden Tag. Das Mitgefühl und die Gedanken sind bei den Menschen, die direkt an Leib und Leben betroffen sind. Internationale Hilfswerke wie das Rote Kreuz tun ihr Möglichstes, um in der Ukraine und den Nachbarländern zu helfen. Die grosse Solidarität auf der ganzen Welt gibt uns Hoffnung.

Als Jugendabteilung des Zürcher Roten Kreuzes engagieren sich beim Jugendrotkreuz (JRK) jedes Jahr rund 380 junge Freiwillige in über 20 regionalen Aktivitäten. Zusammen können wir wichtige und sinnvolle Arbeit leisten. Wir begegnen immer wieder unglaublich selbstbewussten und engagierten Jugendlichen, die mit Projektideen auf uns zukommen. Es tut gut zu sehen, dass eine ganze Generation mitreden will und Bestehendes hinterfragt. Da ist zum Beispiel ein junger Afghane, der ein eigenes Mentoring-Projekt auf die Beine stellt, oder eine IT-Fachfrau, die gebrauchte Laptops neu aufsetzt und an Geflüchtete weitergibt.

Zum Zeitpunkt des Redaktionsschlusses bereiteten wir uns auf das vor, was kommen wird. Wir können auf viel Unterstützung und die Initiative von engagierten Freiwilligen zählen. Die Situation ist unberechenbar und niemand kann wissen, wie sich die Lage entwickeln wird, von wo wie viele Menschen flüchten müssen und wohin. Was wir aber sicher wissen: Wir helfen. Dort, wo wir die Expertise haben. Langfristig und flexibel, solange es Menschen gibt, die unsere Unterstützung brauchen, unabhängig von ihrer Herkunft oder Nationalität.



Foto: SRK Kanton Zürich

**Noemi Vicini,**  
Projektleiterin Jugendrotkreuz  
Kanton Zürich

## Herzlichen Dank

Vergangenes Jahr unterstützten **78 760 Gönnerinnen und Gönner** die **humanitäre Rotkreuzarbeit** für Menschen im Kanton Zürich. Ihnen allen danken wir von Herzen für Ihre **Treue und Ihr Vertrauen**. Danke, dass Sie mithelfen, Nähe und **Menschlichkeit zu leben**.  
→ [srk-zuerich.ch/jahresbericht](https://srk-zuerich.ch/jahresbericht)



# Generationen- austausch

Spielen, digitales Wissen vermitteln, diskutieren:  
Im Generationenprojekt des Zürcher Jugendrotkreuzes  
treffen sich Jung und Alt und lernen voneinander.



**JUGENDROTKREUZ** «Zu sehen, was die Jugend fasziniert, womit sie sich beschäftigt – das gefällt mir», sagt Ljudmila Schmid. Durch das Generationenprojekt des Jugendrotkreuzes (JRK) Kanton Zürich kommt die 82-jährige regelmässig in Kontakt mit jungen Menschen. Sie lebt seit rund fünf Jahren im Gesundheitszentrum\* Klus Park und nimmt seit Projektbeginn an den Besuchsnachmittagen teil, bei denen eine Gruppe von Freiwilligen alle zwei Wochen die Bewohnerinnen und Bewohner des Klus Parks besucht. Beim gemeinsamen Basteln, Spielen oder Kaffeetrinken entstehen wertvolle zwischenmenschliche Begegnungen. «Im Zentrum des Projekts steht der Dialog zwischen den Generationen», erklärt Sander Hillenaar, Projektleiter des JRK (Bild Mitte). Ziel des Projekts ist es ausserdem, den Teilnehmenden gegenseitige Einblicke in die unterschiedlichen Lebenswelten zu ermöglichen. Eine der rund zwölf Freiwilligen ist Lena. Die 20-Jährige engagiert sich bereits seit Dezember 2020 für das Projekt.

Ljudmila Schmid sitzt in einem der Gemeinschaftssäle im Klus Park und deutet auf zwei Fotos, die vor ihr auf dem Tisch liegen. Sie zeigen Schmid und eine Freiwillige des JRK, beide lächeln breit. «Das möchte ich auch noch lernen», sagt sie und meint damit, Fotos für Postkarten direkt mit dem Smartphone aufzunehmen und zu versenden. «Für uns Freiwillige ist es schön, den Seniorinnen und Senioren etwas Neues beibringen zu können», sagt Lena. Neues zu lernen, am Puls der Zeit bleiben – das ist Ljudmila Schmid wichtig. So ist es auch nicht verwunderlich, dass sie sich besonders für die Smartphone-Nachmittage, die einmal pro Monat stattfinden, interessiert. An diesen Nachmittagen dreht sich alles um die Technik. Diese hat es der älteren Dame angetan: «Ich möchte im digitalen Bereich dazulernen, mich mit der Welt vernetzen», erklärt die pensionierte Gymnasiallehrerin. Mittlerweile besitzt sie zwei iPads und ein Smartphone, die sie rege nutzt – etwa, um mit Facetime, einer Videotelefonie-App, mit ihren Angehörigen in Kontakt zu bleiben. Doch die Smartphone-Nachmittage sind nicht nur bei Ljudmila Schmid beliebt – auch die anderen Bewohnerinnen und Bewohner sind sehr interessiert und kommen jeweils mit

diversen Fragen zu den Freiwilligen. «Wir helfen zum Beispiel, bestimmte Websites als Favoriten hinzuzufügen, und ich habe auch schon jemandem geholfen, sein Radio zu flicken», erzählt Lena. Zu Beginn des Generationenprojekts gab es die Smartphone-Nachmittage noch nicht. Diese haben sich erst mit der Zeit etabliert, als die Freiwilligen gemerkt haben, dass bei den Seniorinnen und Senioren ein grosses Bedürfnis danach besteht. Die Technik-Nachmittage wechseln sich ab mit den «normalen» Besuchsnachmittagen – so kommen alle Teilnehmenden auf ihre Kosten. An diesen Nachmittagen stehen Gesellschaftsspiele, Basteln oder gemeinsames Kaffeetrinken auf dem Programm. Aber auch andere Aktivitäten finden Anklang: «Wir haben auch schon Geschichten vorgelesen, was zu spannenden Diskussionen über das Leben geführt hat», erzählt Lena.

## In eine andere Welt eintauchen

Ljudmila Schmid schätzt es sehr, sich bei einem Kaffee mit den jungen Menschen auszutauschen, über Gott und die Welt zu plaudern. «Ich habe ein grosses Bedürfnis nach Kommunikation», sagt sie. Diese halte die Gemeinschaft zusammen, ist sie überzeugt. «Die Besuche der Freiwilligen sind sehr wertvoll für mich – es ist ein Stück Lebensqualität.» Das Generationenprojekt richtet sich insbesondere auch an Menschen, die wenig Besuch von Angehörigen bekommen. Für sie sind die Nachmittage mit den Freiwilligen eine willkommene Abwechslung in ihrem Alltag. Doch ob Alt oder Jung, viel Besuch oder wenig: Von den gemeinsam verbrachten Stunden profitieren alle gleichermassen. Lena schätzt es sehr, Einblicke in die unterschiedlichen Leben der Seniorinnen und Senioren zu erhalten: «Es sind komplett andere Lebensumstände, in die sie hineingeboren wurden und unter denen sie ihr Leben führen – völlig anders, als ich mein Leben lebe», erklärt sie. Nach den Besuchen im Klus Park fühlt sich die junge Frau entspannt. «Der Austausch mit den Bewohnerinnen und Bewohnern gibt mir Ruhe und Frieden.» Wenn sie im Klus Park ist, vergisst sie ihre eigenen Sorgen: «Ich tauche für diese Stunden in eine andere Welt ein», meint sie. «In dieser Zeit konzentrieren wir Freiwilli-

Die Bewohnerinnen und Bewohner im Klus Park freuen sich über neue Begegnungen. Das Interesse an digitalem Wissen ist überraschend gross. Fotos: Frederic Meyer



«Die Besuche der Freiwilligen sind sehr wertvoll für mich – es ist ein Stück Lebensqualität.»

**Ljudmila Schmid**

Bewohnerin Gesundheitszentrum Klus Park  
(Bild oben rechts)

gen uns nur auf die anwesenden Personen. Wir sind in der direkten Interaktion mit einer Person, was in dieser Form heute unter Gleichaltrigen praktisch nie stattfindet.» Und genau dies macht das Generationenprojekt auch so wertvoll: Es findet ein Austausch auf Augenhöhe statt. «Dies hilft auch, Vorurteile abzubauen», ist Ljudmila Schmid überzeugt. Denn diese bestünden auf beiden Seiten – bei Jung und Alt. «Durch den Kontakt mit den Bewohnerinnen und Bewohnern des Klus Parks hat sich mein Bild des Alters verändert», bestätigt Lena. «Seit ich dort bin, habe ich gemerkt, dass man ältere Personen nicht einfach in denselben Topf werfen kann: Es ist spannend, zu sehen, wie sie ihr Leben selbstständig leben, verschiedene Interessen, Einstellungen und Eigenarten haben. Diese Erfahrung zu machen, hat mein Denken über das Alter komplett verändert.» Ljudmila Schmid ist überzeugt, dass die Gespräche mit den jungen Menschen auch ihnen selbst zugutekommen: Sie unterhält sich mit den Freiwilligen gerne über deren Berufswünsche und Zukunftspläne. «Dadurch erhalten die jungen Menschen wertvolle Inputs für ihre Zukunft.»

Unterschiedliche Menschen haben unterschiedliche Bedürfnisse. So ist es auch im Klus Park. «Nicht alle Bewoh-



nenden haben die gleiche gesundheitliche Ausgangslage», erklärt Projektleiter Sander Hillenaar. Manche Bewohnerinnen und Bewohner hören nicht mehr so gut, andere sind an Demenz erkrankt. Deshalb ist die Planung der Nachmittage manchmal eine Herausforderung. Sander Hillenaar und den Freiwilligen ist es sehr wichtig, dass die Nachmittage für alle Teilnehmenden erfüllend sind. Aus diesem Grund wird immer Rücksprache gehalten und das Programm bei Bedarf angepasst. Im Gesundheitszentrum Klus Park findet das Generationenprojekt bereits seit zwei Jahren statt. Aufgrund der positiven Erfahrungen sowohl von den Bewohnenden wie auch der Heimleitung sind weitere Projekte in anderen Gesundheitszentren der Stadt Zürich geplant. Dieses Jahr sollen Projekte in den Zentren Limmat sowie Langgrüt realisiert werden. Noch werden Freiwillige gesucht. «Interessierte Freiwillige sollten Einfühlungsvermögen, Offenheit und Freude am Kontakt mit älteren Menschen sowie Geduld und Verständnis für deren Lebenswelt mitbringen», sagt Sander Hillenaar. Ljudmila Schmid freut sich bereits auf den nächsten Samstagnachmittag: «Die jungen Menschen sollen die Welt von draussen zu uns bringen.» **sdu**

\*Die Alters- und Pflegezentren der Stadt Zürich haben fusioniert und treten neu als Gesundheitszentren für das Alter auf.

## Mach mit!

Bist du **zwischen 15 und 30 Jahre** alt und hast Interesse, dich mit der älteren Generation **auszutauschen**? Du lernst **neue Lebenswelten** kennen, kannst zum Beispiel dein **digitales Wissen weitergeben** und neue Erfahrungen sammeln.

→ [srk-zuerich.ch/jrk-generationenprojekt](http://srk-zuerich.ch/jrk-generationenprojekt)





Die 89-jährige Frau T. aus Zürich-Altstetten hat sich für den Rotkreuz-Notruf entschieden. Künftig kann sie darauf zählen, dass bei einem Sturz schnell Hilfe kommt. Foto: SRK Kanton Zürich

# Zeit für den Notruf

Nach einem Sturz zu Hause entschliesst sich Frau T. für den Rotkreuz-Notruf. Was sie erlebt hat und wie einfach der Notruf funktioniert, erfahren Sie in dieser Reportage.

**ROTKREUZ-NOTRUF** Es ist ein schöner, aber noch sehr kalter Frühlingstag im März. Die Pandemielage scheint zu diesem Zeitpunkt so locker wie lange nicht mehr, doch das Kriegsgeschehen überschattet den Alltag. Die nächste Stunde gehört aber ganz Frau T., einer neuen Notruf-Kundin. Wir treffen uns vor einem Wohnhaus in Zürich-Altstetten. Wir, das sind die Freiwillige Nicole Kraft und ich, die Schreibende. Heute werden wir bei Frau T. den Notruf installieren. Die Freiwillige erzählt: «Die Kundinnen und Kunden sind manchmal richtig nervös, es ist etwas Neues für sie. Im hohen Alter kann es anstrengend sein, länger aufmerksam zuzuhören und sich auf etwas Neues einzulassen. Es braucht Fingerspitzengefühl.» Kaum geklingelt, ertönt der Summton und wir treten ein ins Treppenhaus. Drei Stockwerke, Lift hat es keinen, und wir staunen, dass die

89-Jährige zuoberst wohnt. Wir ziehen beide die Maske an, weil dies als Vorsichtsmaßnahme bei Installationen noch beibehalten wird. Frau T. erwartet uns an der Wohnungstür und eine scheue Katze lugt kurz aus einem Zimmer. Wir fühlen uns sofort willkommen. Nachdem wir unsere Jacken abgelegt haben, setzen wir uns im Esszimmer an den runden Tisch. Nicole Kraft fragt als Erstes: «Wie geht es Ihnen, Frau T.?» «Seit heute erstmals wieder gut», strahlt sie und erzählt ausführlich von ihrem Sturz. Sie behandelt uns wie Vertraute und wir hören aufmerksam zu. Es ist ein typischer Fall: Nach einem Sturz können die erwachsenen Töchter oder Söhne ihre betagte Mutter überzeugen, sich den Rotkreuz-Notruf zuzulegen, so wie es bei ihr war. «Oft sind es ältere Frauen, bei denen ich den Notruf installiere», erzählt Nicole Kraft. Die meisten leben allein, manche haben kurz

vorher ihren Partner verloren. Gerade für allein lebende Menschen ist der Notruf eine grosse Sicherheit. Die Freiwillige erlebte aber auch schon eine fürsorgliche Partnerin, die für ihren chronisch kranken Partner den Notruf bestellte, damit sie ihn auch einmal ein paar Stunden allein daheim lassen konnte mit dem sicheren Gefühl, dass im Falle eines Sturzes sofort jemand alarmiert wird. Mit dem Rotkreuz-Notruf können Kundinnen und Kunden einfach per Knopfdruck Hilfe rufen. Die Rotkreuz-Notrufzentrale ist täglich rund um die Uhr besetzt und organisiert sofort Unterstützung. Jeder Alarm wird von einer qualifizierten Fachperson entgegengenommen. In einem Notfall bleibt sie über das Notrufgerät so lange in Sprechkontakt, bis Hilfe vor Ort eingetroffen ist. Je nachdem kommt eine der Kontaktpersonen (Familienmitglied, Nachbarin oder Nachbar, Rotkreuz-Kontaktperson) oder der Rettungsdienst und bietet Hilfe. Frau T. erzählt: «Ich lag am Boden und brauchte eine halbe Stunde, bis ich zum Telefonapparat gelangte. Diesen konnte ich dann am Kabel herunterziehen.» Danach habe sie ihren Nachbarn im Haus angerufen, der sie auch sonst unterstützte. Dessen Tochter, die daheim war, eilte zu Hilfe. Frau T. war verletzt und die Sanität musste gerufen wer-

## Brauche ich ein Notrufsystem?

- Sind Sie meistens allein zu Hause?
- Haben Sie gesundheitliche Vorerkrankungen?
- Haben Sie bereits Erfahrungen mit Stürzen oder Verletzungen?
- Sehen oder hören Sie nicht mehr so gut?
- Sind Ihre Verwandten und Bekannten, die helfen könnten, häufig selber unterwegs oder schwer erreichbar?
- Falls Sie eine oder mehrere Fragen mit Ja beantworten, rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne: 044 388 25 35.

## Wäre ein Freiwilligenengagement im Notruf etwas für mich?

Sie haben Verständnis für ältere oder gesundheitlich beeinträchtigte Menschen, regelmässige Zeit und ein eigenes Auto?

Dann freuen wir uns auf Ihre **Kontaktaufnahme**. Aktuell sucht das Zürcher Rote Kreuz **Freiwillige für Notruf-Installationen** in den Regionen **Winterthur** und **Affoltern am Albis**. → [srk-zuerich.ch/notruf-freiwillige](http://srk-zuerich.ch/notruf-freiwillige)

den. Zum Glück zeigten die Untersuchungen im Spital keine weiteren Auffälligkeiten, sie kam mit Prellungen der Rippen und des Schulterblatts davon. Frau T. meint, es wäre wohl einfach ein Schwindel gewesen. «Ich vergesse manchmal, wie alt ich bin», meint sie lachend. «Ich kann zum Beispiel nicht mehr so schnell den Kopf drehen, sonst kommt das 'Hirni' nicht mit den Augen mit und es wird mir schwindlig. Aber fallen will ich nie mehr.» Sie erinnert sich noch an die Gedanken, die ihr durch den Kopf gingen, als sie stürzte: «Jetzt falle ich, jetzt muss ich ins Pflegeheim.» Das wolle sie auf keinen Fall. «Nun pressiere ich nicht mehr.»

## Gemeinsames Testen und Ausprobieren

Nicole Kraft holt die Geräte aus der Tasche. «Ich zeige Ihnen, was ich Ihnen gebracht habe. Das ist ab jetzt Ihr neuer Begleiter», erklärt sie und zeigt Frau T. den Notruf-Knopf mit Armband. «Der Knopf ist wasserdicht und Sie können und sollten ihn auch beim Schlafen, Duschen oder Baden anbehalten.» «Ich darf nicht mehr allein in die Badewanne», antwortet Frau T., sie habe leider keine Dusche. Dreimal in der Woche komme die Spitex und helfe ihr. Nun suchen wir gemeinsam den passenden Standort für das Notrufgerät, das etwas halb so gross ist wie

ein herkömmlicher Telefonapparat. Am besten zentral in der Wohnung, nahe einer Steckdose, die sonst nicht gebraucht wird (Gefahr des Aussteckens). Das Gerät benötigt lediglich Strom. Die Zeiten, als ein zweiter Telefonanschluss gebraucht wurde, sind vorbei. Es funktioniert über das Mobilfunknetz und sucht selber das beste verfügbare Netz. Wir werden fündig beim TV-Gerät im Wohnzimmer, dahinter hat es eine Steckdose mit einem freien Anschluss. Eingesteckt – fertig! Also zumindest der erste Schritt ist gemacht. Danach wird getestet und ausprobiert, damit Frau T. genau weiss, wie es in einem Notfall funktioniert.

«Ganz wichtig ist, dass Sie das Notrufgerät nicht ausstecken», erklärt die Freiwillige noch mal. Das Gerät funktioniert nicht, wenn es länger nicht am Strom ist. Kurze Stromunterbrüche werden mit der Batterie überbrückt. «Es hat ein hochsensibles Mikrofon und eine Reichweite von 100 Metern, also bis ins Treppenhaus.» Nun passt sie das Armband des Notrufknopfs an das schmale Handgelenk der 89-Jährigen an. Und es steht der erste Test an: Nicole Kraft erklärt der Kundin, wie sie den Knopf drücken muss, mit leichtem Druck. Dann warten wir, und nach einem Moment erklingt laut und deutlich die Stimme eines Rotkreuz-Mitarbeiters aus dem Notrufgerät: «Grüezi Frau T., wie geht es Ihnen? In welchem Zimmer sind Sie?» Frau T. und der Mitarbeiter der Zentrale sprechen kurz miteinander und wir wiederholen den Test aus allen Zimmern.

## Als Freiwillige für den Notruf

Danach setzen wir uns wieder an den Esstisch, der Vertrag wird unterzeichnet und wir plaudern ein bisschen. Frau T. erzählt von ihrer Familie und dass sie 21 Jahre bei der Spitex gearbeitet habe. Damals habe sie selber ihren Kundinnen und Kunden den Notruf ans Herz gelegt. Die Katze hat sich unterdessen neben unsere Jacken gelegt und döst. Wir verabschieden uns herzlich. Als wir wieder an der kalten Luft draussen sind, frage ich Nicole Kraft, was sie bei ihrer Freiwilligentätigkeit für den Notruf motiviert. «Ich mache das seit drei Jahren und wollte mich einfach sozial engagieren. Einmal in der Woche an einem Vormittag habe ich neben der Familienarbeit Zeit und es macht mir Spass. Ich habe schon sehr viel erlebt und Einblick in das Leben von älteren Menschen erhalten. Viele sind enorm dankbar für die Unterstützung, und für mich ist es eine Bereicherung.» Es sei schön zu erleben, wie beispielsweise an diesem Morgen, dass es Frau T. in ihrem hohen Alter trotz Altersbeschwerden und gesundheitlicher Einschränkungen so gut geht. Mit diesem positiven Gefühl, etwas Gutes getan zu haben, geht es zurück in den Alltag. **aru**

## AKTUELL

### Präsidiumswechsel

Barbara Schmid-Federer tritt infolge Amtszeitbeschränkung am 17. Mai 2022 an der Mitgliederversammlung in Winterthur als Präsidentin des Zürcher Roten Kreuzes zurück. Die designierte Nachfolgerin ist Prof. Dr. Sybille Sachs, bisheriges Vorstandsmitglied SRK Kanton Zürich. Barbara Schmid-Federer wurde vom Rotkreuzrat zur Wahl als Präsidentin des nationalen Schweizerischen Roten Kreuzes (SRK) nominiert. Die Ersatzwahlen für das SRK-Präsidium finden an der ordentlichen Rotkreuzversammlung am 25. Juni 2022 statt.

### Bedarfsgerechte Unterstützung für Geflüchtete aus der Ukraine

Die aktuelle Weltlage fordert uns alle. Während das Rotkreuznetzwerk weltweit aktiviert ist, um die humanitäre Katastrophe in der Ukraine und den Nachbarstaaten zu lindern, ist das Zürcher Rote Kreuz hier vor Ort tätig. Unsere SOS-Beratung erhält sehr viele Anfragen von Geflüchteten aus der Ukraine oder von ihren Bezugspersonen. Im Bundesasylzentrum Zürich ist das SRK Kanton Zürich involviert für die Zuteilung der Geflüchteten zu Gastfamilien, weitere Aufgaben werden folgen. In den kommenden Monaten ist es wichtig, koordiniert und bedarfsgerecht die passenden und nachhaltigen Integrationsangebote zu schaffen und den Zugang zu Arbeit und dem gesellschaftlichen Leben zu erleichtern – unter Beibehaltung der bestehenden Angebote. In einer nächsten Ausgabe werden wir darüber berichten.

### Rückblick

Im Jahresbericht des SRK Kanton Zürich erfahren Sie mehr über die regionale Rotkreuzarbeit im vergangenen Jahr. Im Mittelpunkt stehen immer die Menschen: Letztes Jahr leisteten 2600 Freiwillige 233 000 Einsatzstunden. 37 000 Personen erhielten unbürokratische Hilfe und Entlastung, liessen sich beraten und begleiten oder bildeten sich weiter. Der Jahresbericht ist auf unserer Website publiziert und gedruckt erhältlich. → [srk-zuerich.ch/jahresbericht](http://srk-zuerich.ch/jahresbericht)



## VORGESTELLT



Foto: iStock.com/percds

# Unparteilichkeit

Die Rotkreuzbewegung leistet im Ukraine-Krieg neutrale, unparteiische und unabhängige humanitäre Hilfe. Unparteilichkeit bedeutet, nicht nach Herkunft, Religion, sozialer Stellung oder politischer Überzeugung zu unterscheiden. Einzig das Mass der Not ist entscheidend. Wir sind neutral und vermeiden es, durch Symbole (Nationalflaggen, bestimmte Farben und Sujets) oder Begriffe Partei zu ergreifen. Diese Haltung gemäss unseren Rotkreuzgrundsätzen ist essenziell, damit Hilfeleistende wie die nationalen Rotkreuzgesellschaften, das IKRK und weitere Partner aus der Rotkreuz- und Rothalbmondbewegung weltweit in Kriegs- und Konfliktregionen Zugang zur Zivilbevölkerung erhalten und humanitäre Hilfe leisten können, wo sie am dringendsten benötigt wird.

## Die sieben Rotkreuzgrundsätze

Die Arbeit aller Mitglieder der **Rotkreuz- und Rothalbmondbewegung** beruht auf denselben Werten, die 1965 beschlossen wurden: **Menschlichkeit, Unparteilichkeit, Neutralität, Unabhängigkeit, Freiwilligkeit, Einheit, Universalität.**

## SERVICE

### Kurse

#### Babysitting-Kurs SRK

Im Kurs «Babysitting» werden interessierte Jugendliche mit den Grundlagen der Kinderbetreuung vertraut gemacht. Der Kurs richtet sich an Jugendliche im Alter von 13 bis 16 Jahren.

**Daten und Orte** gemäss Website

→ [srk-zuerich.ch/babysitting](http://srk-zuerich.ch/babysitting)

#### Konstruktiver Umgang mit Stress

Die Anforderungen an Leistung und Flexibilität nehmen auch bei den Pflegehelfenden zu. Kursinhalt sind Strategien und Methoden, um konstruktiv mit Stress umzugehen, sowie die Stärkung der eigenen Ressourcen.

**Ort** SRK-Bildungszentrum, Winterthur

**Datum** Do, 5. Mai, 9 bis 16 Uhr

→ [srk-zuerich.ch/weiterbildung](http://srk-zuerich.ch/weiterbildung)

### Events

#### Mitgliederversammlung SRK Kanton Zürich

Die diesjährige Mitgliederversammlung findet in Winterthur statt. Die Aktivmitglieder erhalten alle Unterlagen per Post zugestellt.

**Ort** Alte Kaserne Winterthur

**Datum** Di, 17. Mai, ab 17 Uhr

→ [srk-zuerich.ch/mitgliederversammlung](http://srk-zuerich.ch/mitgliederversammlung)

#### Redcross Melting Pot

Willkommen sind alle Teilnehmenden der Jugendrotkreuz-Aktivitäten und alle, die neue Bekanntschaften schliessen möchten. Keine Anmeldung notwendig.

**Ort** Kronenstrasse 10, Zürich

**Daten und Zeiten** gemäss Website

→ [srk-zuerich.ch/redcross-melting-pot](http://srk-zuerich.ch/redcross-melting-pot)

#### Infoveranstaltung Freiwilligenarbeit

Sie erfahren in einer Stunde das Wichtigste über das Rote Kreuz Kanton Zürich und die Einsatzmöglichkeiten.

**Ort** online via Zoom

**Daten** Di, 10. Mai, Do, 16. Juni, Do, 7. Juli, jeweils 17 bis 18 Uhr

→ [srk-zuerich.ch/infoabend-freiwillige](http://srk-zuerich.ch/infoabend-freiwillige)

#### Infoveranstaltung «Perspektive Arbeit»

Möchten Sie anerkannte Flüchtlinge oder vorläufig Aufgenommene bei der Suche nach einer Arbeit oder Ausbildung unterstützen? Mehr darüber erfahren Sie am Infoabend.

**Ort** online via Zoom

**Datum** Di, 10. Mai, 18 bis 19 Uhr

→ [srk-zuerich.ch/infoabend-perspektive-arbeit](http://srk-zuerich.ch/infoabend-perspektive-arbeit)

#### Infoveranstaltung «come together»

Möchten Sie anerkannte Flüchtlinge oder vorläufig Aufgenommene dabei unterstützen, sich gut in der Region Andelfingen oder

Winterthur einzuleben? Mit einem freiwilligen Engagement bei «come together» können Sie dazu beitragen, dass sich geflüchtete Familien oder Einzelpersonen schneller einleben.

**Ort** online via Zoom

**Datum** Do, 12. Mai, 18 bis 19 Uhr

→ [srk-zuerich.ch/infoveranstaltung-come-together](http://srk-zuerich.ch/infoveranstaltung-come-together)

#### Infoabend Jugendrotkreuz

Du erhältst Einblick in die verschiedenen Aktivitäten und einen Überblick über die Einsatzmöglichkeiten.

**Ort** online via Zoom oder in Zürich

**Daten** Mi, 18. Mai, Di, 14. Juni, Do, 14. Juli, jeweils 18 bis 19 Uhr

→ [srk-zuerich.ch/infoabend-jugendrotkreuz](http://srk-zuerich.ch/infoabend-jugendrotkreuz)

#### Tag der guten Tat

Kleidertauschbörse, Kleiderabgabe, Kaffee und Kuchen.

**Ort** Kronenstrasse 10, Zürich **Datum** Sa, 21. Mai, 11 bis 15 Uhr

→ [srk-zuerich.ch/tag-der-guten-tat](http://srk-zuerich.ch/tag-der-guten-tat)

#### Infoveranstaltung Vorsorgeplanung

Mit einem Vorsorgeauftrag, einer Patientenverfügung und einem Testament stellen Sie sicher, dass Ihr Wille zählt. An der kostenlosen Online-Veranstaltung erfahren Sie das Wichtigste über die drei Themen.

**Ort** online

**Datum** Mo, 13. Juni, 17 bis 19:15 Uhr

→ [srk-zuerich.ch/vorsorge](http://srk-zuerich.ch/vorsorge)

## RÄTSEL

	2		9		5		7	
5		4		8		2		3
	6						1	
1			5		6			9
	9						2	
2			4		7			1
	5						6	
7		8		6		9		5
	1		7		3		4	

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

### Wörter suchen

Im Rätsel sind die folgende Wörter versteckt: BEZAUBERND CURRY EINIG HERAN HOLZWEIG MUSICAL OBSOLET OKKULT PINGU SCHNECKE UMSCHWUNG WASSER

### Impressum

Die Zürcher Rotkreuz Zeitung erscheint vierteljährlich und geht an alle Mitglieder, Gönnerinnen und Gönner des Vereins SRK Kanton Zürich.

**Herausgeber / Redaktion**  
Schweizerisches Rotes Kreuz  
Kanton Zürich  
Drahtzugstrasse 18  
8008 Zürich  
Telefon 044 388 25 25

**Zürcher Rotkreuz Zeitung**  
Ausgabe 2/2022  
**Nächste Ausgabe**  
Sommer 2022  
[www.srk-zuerich.ch](http://www.srk-zuerich.ch)  
Postkonto 80-2495-0

**Redaktionsleitung**  
Anita Ruchti (aru)  
**Redaktionelle Mitarbeit**  
Sarah Dubs (sdu),  
Lea Moliterni (lmo)  
**Cover** Frederic Meyer

**Gestaltung** Bodara GmbH  
[www.bodara.ch](http://www.bodara.ch)  
**Druck** CH Media Print AG  
**Auflage** 152 000



**Schweizerisches Rotes Kreuz**  
Kanton Zürich

